॥ श्रीगुरुःशरणम् ॥

॥ ॐ श्रीमदमृतमूर्तये शंकराय नमः ॥



श्रीमन् महामाहेश्वराचार्यवर्य महायोगी
श्रीसिद्धगोरक्षनाथ विरचित

अमरौघशासन

[मूळ संस्कृत श्लोक व सुबोध मराठी भाषान्तरासह]

-: संकलक :-

डॉ. केशव रामचंद्र जोशी

एम्. ए., पीएच्. डी.

सौ. मंदाकिनीताई मराठे यांना
सप्रेम भेट
केशव रामचंद्र जोशी
दि. ६।५।१९८२

॥ श्रीगुरुःशरणम् ॥

॥ ॐ श्रीमदमृतमूर्तये शंकराय नमः ॥



श्रीमन् महामाहेश्वराचार्यवर्य महायोगी
श्रीसिद्धगोरक्षनाथ विरचित

अमरौघशासन

[मूळ संस्कृत श्लोक व सुबोध मराठी भाषान्तरासह]

-: संकलक :-

डॉ. केशव रामचंद्र जोशी

एम्. ए., पीएच्. डी.

प्रकाशक : ©

व्यवस्थापक,
सिद्धयोग प्रकाशन,
२६/२०२, लक्ष्मीनगर, पुणे-९.



मुद्रक :

शं. द. घाटपांडे,
जय-भारत प्रिंटिंग प्रेस,
शिवाजी पथ, ठाणे-४०० ६०२.



प्रकाशनकाल :

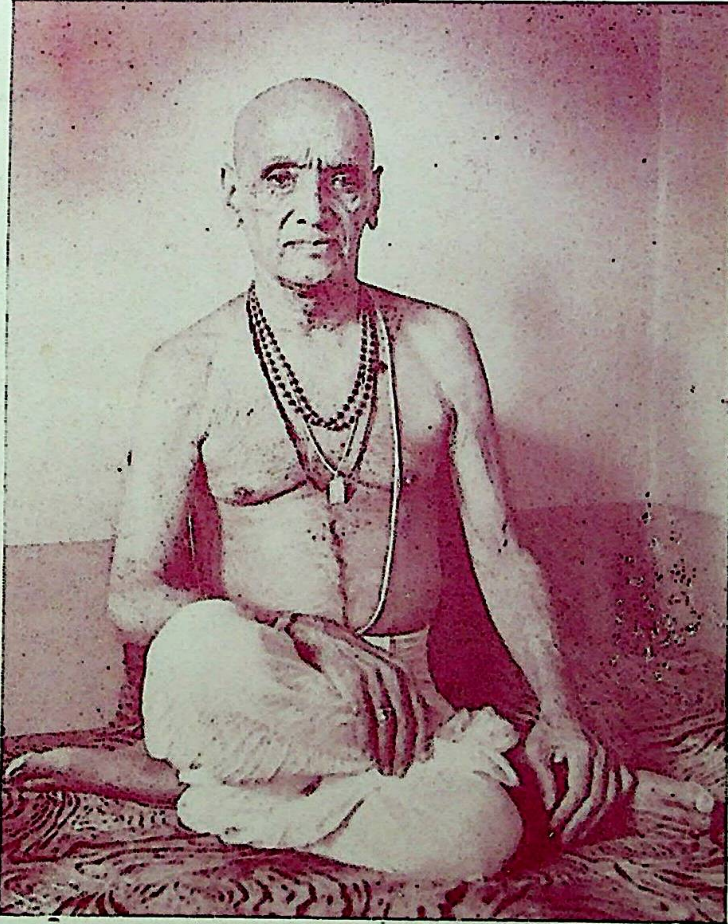
मार्गशीर्ष शुद्ध पौर्णिमा, शके १९०३
(श्रीदत्तजयंती) दि. १०-१२-१९८१



मूल्य २० रुपये

योगीराज सद्‌गुरु

श्रीसंत वामनरावजी गुळवणीमहाराज



शक्तिपाताचा महामेरू । बहुत जनांसि आधारू ।
ब्रह्मस्थितीचा निर्धारू । श्रीमंत योगी ।।



शिव गोरक्षः

चन्द्रार्कद्रुहिणाच्युताम्बुजलसल्लोकेशकंसारिभिः
कालीभैरवसिन्धुरास्यहनुमत्क्रोडैः परीवारितम् ।
वन्दे तं नवनाथसिद्धसहितं सद्याद्विमालासनं
मालापुस्तकशूलडिण्डिमधरं गोरक्षमृत्युंजयम् ॥

प्रस्तावना —

महायोगी श्रीगुळवणीमहाराज यांनी आसेतुहिमाचल पसरलेल्या आपल्या भारतवर्षातील हजारोहजार साधकांना, भक्तांना, मुमुक्षूंना व जिज्ञासूंना शक्तिपात किंवा सिद्धयोगाची दीक्षा देऊन सिद्धयोगसाधनगंगेचा जो प्रवाह प्रवाहित केला त्यामुळे त्यांच्या संपर्कात आलेल्या महाभाग्यवान लोकांच्या जीवनाची खरी अध्यात्मिक वाटचाल सुरू झाली. ही सिद्धयोगसाधनगंगा प. प. श्रीगंगाधरतीर्थस्वामीमहाराज, प. प. श्रीनारायणतीर्थस्वामीमहाराज, प. प. श्रीशंकरपुरुषोत्तमतीर्थस्वामीमहाराज, प. प. श्रीलोकनाथतीर्थस्वामीमहाराज यांच्यापासून संप्रदायक्रमाने व परंपरेने माझे सद्गुरू महायोगी श्रीगुळवणीमहाराज यांच्यापर्यंत वाहत आलेली आहे. या संप्रदायसिद्धपरंपरेने विभूषित झालेल्या सिद्धयोगसाधनगंगेचे निखळ शास्त्रीय स्वरूप साधकांना व अभ्यासू वाचकांना उपलब्ध व्हावे म्हणून आजपर्यंत योगबीज, स्पंदशास्त्र, श्रीगोरक्षगीता, श्रीललितासहस्रनामस्तोत्र, ज्ञानसंकलिनीतंत्र, सिद्धसिद्धान्तसंग्रह व शिवसंहिता ही सात पुस्तके मूळ संस्कृत श्लोक व सुबोध मराठी भाषान्तरयुक्त विवरणासह प्रसिद्ध केली. आता या मालेतील "अमरौघशासन" हे महायोगी श्रीगोरक्षनाथसिद्ध विरचित आठवे पुस्तक प्रकाशित करीत आहोत.

महायोगी श्रीगोरक्षनाथसिद्ध यांनी रचिलेला "अमरौघशासन" हा ग्रंथ आकाराने अत्यंत लहान असला; तरी सिद्धयोगसाधनशास्त्रातील काही मौलिक सिद्धान्त या ग्रंथात आलेले असल्यामुळे त्याचा महिमा अपूर्व आहे यात तिळप्राय शंका नाही. महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांनी हे सिद्धान्त हठयोगावर विशेष भर असलेल्या त्यांच्या सिद्धयोगसाधनपरंपरेचे कथन करीत असताना प्रस्थापित केलेले आहेत. हे सिद्धान्त महायोगी सद्गुरू श्रीगुळवणीमहाराज यांच्या किंवा तत्सम परंपरेतून शक्तिसंक्रमणपूर्वक प्राप्त झालेल्या सिद्धयोगाच्या साधकांना नीरक्षीरविवेकन्यायाने ग्रहण करणे अपरिहार्य आहे; कारण ज्या पद्धतीने या परंपरेत शक्तिपातयोगाची दीक्षा दिली जाते ती सर्वस्वी पूर्वसूरींच्या पद्धतीहून भिन्न असून या घोर अज्ञा

कलियुगातील जीवांना शिवस्वरूप होण्यासाठी मिळालेली ही एक अपूर्व संजीवनी किंवा दिव्यौषधीच आहे. वर पहिल्या परिच्छेदात उल्लेखिलेल्या परंपरेच्या दुसऱ्या शाखेतील उपरोक्त दीक्षादाते ब्रह्मीभूत श्रीयोगानंद विज्ञानी यांनी महायोगी श्रीसद्गुरू गुळवणीमहाराज यांना खाजगी पत्रांमधून असे लिहिले आहे की, "श्रीयोगीगुरुदेवके पूर्व किसीने भी इस रूपमें जैसा हम करते है (दीक्षा देते है) प्रत्यक्ष नहीं कराया था।" ... "क्रियाशक्तिके ये दिव्य गुण देखकर हमें गुरु तथा परमेश्वरमें आत्यंतिक भक्ति होती है। हमारे द्वारा ऐसा होना श्रीशिवजीकी परम कृपाही समजना चाहिये। शक्ति उनकी है। हम तो निमित्तमात्र होते हैं।" ... "जिस साधन को हम करते हैं और करवाते हैं; ऐसा सहजयोग साधन हमारे योगीगुरुकी परंपरा हमारे विना और किसीके भी पास नहीं है। इस साधनके विषयमें जब हम अपने शिष्योंके अनुभव देखते हैं, सुनते हैं, तो हमें भी आश्चर्य होता है और हम गुरु शक्तिकी महिमा जानकर प्रसन्न होते हैं। इस दिव्य शक्तिसे होनेवाला योगसाधन कितना सहज और सुखसाध्य है, हमारे सभी शिष्य जानते हैं। इससे शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक जो लाभ होता है, हुवा है, उसका अनुभव प्रत्यक्ष करनेवाले हमारे सैकडो शिष्य है, परन्तु हम इस विषयमें कोई वैज्ञानिक तथ्यकी समालोचना नहीं करते। केवल गुरुकृपा समजकर प्रसन्न होते हैं।"... "यदि विचार करके देखा जाय तो वर्तमानमें हमारे योग-साधनके सदृश प्रत्यक्ष तत्काल फलप्रदर्शन करानेवाला योगसाधन और किसीके पास कहीं नहीं है।" श्रीयोगानंदांचे हे म्हणणे अक्षरशः खरे आहे; कारण ज्या पद्धतीने या साधनात दीक्षा दिली जाते व ज्या रीतीने दीक्षोपरान्त साधन चालते त्याच्या अंगो-पांगांचा विचार सामग्र्याने करणारा एकही स्वतंत्र असा पुरातन ग्रंथ उपलब्ध नाही. मात्र निरनिराळ्या तंत्र, शैव, शाक्तादि आगम ग्रंथांतून आणि हठ, मंत्र, लय व ध्यान किंवा राजयोगाच्या भिन्नभिन्न योगग्रंथांतून हा विषय कमीअधिक प्रमाणात आला आहे. अर्थात् त्याचे स्वरूप सर्वस्वी पुरुषार्थप्रधान म्हणजे आपण स्वतःहून प्रयत्नपूर्वक काहीतरी साधन करावयाचे असे आहे. मात्र सिद्धयोगात सिद्धयोगीगुरूकडून दैवी शक्तीच्या संक्रमणामुळे आतून जागृत झालेल्या कुण्डलिनी शक्तीकडून आपोआप होणाऱ्या साधनापेक्षा त्याचे स्वरूप निराळे आहे. पुरुषार्थप्रधान साधनात स्वप्रयत्नाने आत्मशक्तीचे जागरण करून स्वस्वरूपप्राप्तीवर भर असतो; तर सिद्धयोग साधनात "नास्ति तत्त्वं गुरोः परम्", "गुरोः कृपैव केवलम्" किंवा "सर्वधर्मान्परित्यज्य मामेकं शरणं व्रज" (गीता १८-६६) या न्यायाने सर्वस्वी गुरुकृपेवर व शरणागतीवर भर

असतो. त्यामुळे ज्या जुन्या ग्रंथांतून शक्तिपातयोगाचा विषय आला आहे ते ग्रंथ वाचताना साधकांच्या मनाचा गोंधळ उडून जातो. या प्रत्येक ग्रंथात अनादि आत्मसत्ता कुण्डलिनी शक्तीच्या जागरणासाठी हठ, मंत्र, लय, ध्यान धारण, पूजा, जप इत्यादि काही ना काही तरी साधन सद्गुरुंनी शिष्यांकडून करवून घ्यावे यावर भर दिला आहे. अर्थात् असे पुरुषार्थप्रधान साधन करवून घेण्याचा मुख्य उद्देश कुण्डलिनी शक्ती सुलभतेने जागृत होऊन साधकाचा सुषुम्नामार्गातील प्रवास सुखकरपणे व्हावा, त्याचे सर्व अडथळे, जडत्व, दुष्टपूर्वसंस्कार आदि दोष दूर होऊन त्याची अप्रतिहत प्रगती व्हावी आणि जीव शिवस्वरूप व्हावा हाच आहे; हे खरे असले तरी जागृत आत्मशक्तीच आतून आवश्यक ती ती साधने साधकाकडून करवून घेऊन साधकाला ती शिवस्वरूप करते हे या सद्गुरुकृपायुक्त व शरणागतिसंपन्न सिद्धयोगसाधनपरंपरेतील दीक्षेचे वैशिष्ट्य असल्यामुळे व आसेतुहिमाचल पसरलेल्या भारतवर्षातील आणि इतरही द्वीपातील हजारो-हजार साधकांनी या शास्त्रपूत दिव्यसाधनाची अनुभूती घेतलेली असल्यामुळे तत्काळ प्रचीती देणारे शक्तिपातयोगाचे हे शास्त्र अपूर्व आहे, हे आपणा सर्वांना मान्यच करावे लागेल.

या दृष्टिकोणातून " अमरौघशासन " ग्रंथात ज्या क्रिया मुद्रा, सारणा, प्रतिसारणा, शंखसारणा आणि महासारणा साधनाच्या रूपाने कथन केल्या आहेत त्यांचा उद्देश कुण्डलिनी शक्ती जागृत करणे हाच आहे, हे सहज लक्षात येते. या क्रियांमुळेच मानवी शरीरात अमर ओघाचा म्हणजे सुषुम्नामार्गाने ऊर्ध्वगामी होणाऱ्या कुण्डलिनी शक्तीचा प्रवाह कसा उपस्थित होतो व त्यामुळे साधकाला अत्यंत श्रेष्ठ अशा सुखाची अर्थात् सामरस्याची प्राप्ती कशी होते हा प्रमुख सिद्धान्त या ग्रंथाच्या नावात व पहिल्या श्लोकात महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथांनी कथन केला आहे. हा महासिद्धान्त परम सारभूत असून तो सकल साधन-रहस्याचे सार आहे असे म्हटल्यास त्यात यत्किंचितही अतिशयोक्ती होणार नाही; कारण साधक कोणत्याही मार्गाने जरी स्वस्वरूपप्राप्तीसाठी निघाला; तरी त्याला सुषुम्नेच्या महातीर्थावर येणे क्रमप्राप्तच ठरते. कर्म, भक्ती, ज्ञान मार्गाने जाणारे किंवा हठ, लय, मंत्र, राज, तंत्र, ध्यानादि योगमार्गाचे अवलंब करणारे अगर विज्ञान भैरवादि ग्रंथात सांगितलेल्या शताधिक साधनांपैकी कोणत्याही साधनाचा अवलंब करणारे साधक असोत त्यांना "तरी गुरु दाविलिया वाटा । येऊन विवेक तीर्थतटा । धुऊनियां मळकटा । बुद्धीचा तेणे ॥ १८.१०११ ॥ असे श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनी ज्ञानेश्वरीत म्हटल्याप्रमाणे श्रीसद्गुरुंनी दाखविलेली कोणतीही वाट असली, म्हणजे कोणत्याही प्रकारचे बाह्य आलंबनाचे साधन त्यांनी सांगि-

तले असले; तरी विवेकरूपी तीर्थाच्या तीरावर म्हणजे सुषुम्नेच्या महातीर्थावर येऊन साधकाला आपल्या बुद्धीचा मळ धुऊन टाकावाच लागतो. अर्थात् कोणत्याही साधनाने आत्मशक्ती कुण्डलिनी जागृत झाली की, ती नित्यानित्यविवेकरूपी शस्त्राने साधकाच्या अनादि निद्रेचा छेद केल्याशिवाय राहत नाही.

या ग्रंथातील मुद्रादि व महासारणादि क्रियांच्या अर्थान्तरात प्रवेश केल्यास आपल्या हे लक्षात येईल की, महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांनी कथन केलेली सर्व साधने प्राणांचा अर्थात् प्राणशक्तीचा सुषुम्नेत संचार होण्यासाठीच प्रवृत्त झाली आहेत. किंबहुना बाह्य साधनांच्याद्वारा साधक हळूहळू अंतर्मुख होत होत त्याला आतून आपोआप चालणारे जागृतशक्तीचे अंतरंग साधन मिळून तो कृतकृत्य व्हावा म्हणून सर्व साधने जीवमात्रांच्या धारणाभेदानुसार नाना प्रकारांनी कथन केलेली आढळतात. सारांश महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथांनी या अगर त्यांच्या इतर ग्रंथात कथन केलेल्या किंवा आजतागायत उपलब्ध असलेल्या कोणत्याही साधनाचा हेतू एकच आहे. साधकाने काहीही केले तरी शेवटी कोणत्यातरी जन्मात त्याला सुषुम्नेच्या महातीर्थावर स्नानासाठी यावेच लागेल. हे सार हठयोगप्रदीपिकेत श्रीस्वात्मारामयोगींद्र यांनी अध्याय चार श्लोक एकशेचौदामध्ये फार उत्तमरीतीने कथन केले आहे. ते म्हणतात, " जोपर्यंन्त सुषुम्णामार्गामध्ये प्राणवायूचा संचार होऊन हळूहळू प्रगती करीत करीत सहस्रारामध्ये असलेल्या ब्रह्मरंध्रामध्ये प्रवेश करून तेथे तो स्थिर होत नाही, जोपर्यंन्त साधन करता करता केवल कुंभक आपोआप साधून बिन्दू म्हणजे वीर्य स्थिरभाव धारण करीत नाही आणि या दोन्ही गोष्टी सिद्ध होऊन जोपर्यंन्त सहजासहजी चित्तवृत्तींचा निरोध होऊन किंवा त्या ध्येयाकार व निर्विषय होऊन तत्त्वज्ञान उत्पन्न होत नाही तोपर्यंन्त शब्दामुळे झालेल्या व शास्त्रवचनाने कळलेल्या शाब्दिक ज्ञानाचे कथन या गोष्टी अक्षरशः दांभिक, खोट्या व पोकळ बडबड ठरतात.

या ग्रंथात शंखसारणेनंतर ज्या दोन प्रकारांनी महासारणा करावी म्हणून महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथांनी सांगितले आहे त्याचा हेतू कुण्डलिनी शक्तीचे मध्यमार्गात अर्थात् सुषुम्नामार्गात चालन व्हावे हाच आहे. कारण "मूलपद्मे कुण्डलिनी यावन्निद्रायिता प्रभो । तावत् किंचिन्न सिध्येत् मंत्रयंत्रार्चनादिकम् ॥" असे गौतमीय तंत्रात अगदी स्पष्ट म्हटले आहे. शिवाय या कारणाचा गौरव करताना म. म. श्रीगोपीनाथ कविराज यांनी " भारतीय संस्कृति और साधना " खंड एक, या ग्रंथातील " शक्तिका जागरण " या लेखात शेवटी असे म्हटले आहे की, " कुण्डलिनी

के जागे विना इस महापथमें चला नहीं जा सकता, परम लक्ष्यकी प्राप्ति तो बहुत दूर की बात है। मनुष्य जीवनका यही यथार्थ उद्देश्य है। केवल खंड-कैवल्य प्राप्त करके जन्म-मृत्युके आवर्तसे ऊर्ध्वमें स्थान प्राप्त करना मनुष्यका लक्ष्य नहीं है। अपनी सुप्त भगवत्ता जब तक पूर्णतया जाग न उठे तब तक मनुष्य जीवनकी यथार्थ सफलता कहाँ? कुंडलिनीके जागे विना चित् और अचित्का द्वंद्वभाव ठीक-ठीक कट नहीं सकता। विवेक-ज्ञानका लाभ मार्गमें आरूढ होनेका एक उपयोगी सोपानमात्र है। शक्तिकी साधना छोडकर शिवभावकी प्राप्ति दुर्घट है और विना कुंडलिनी के जागरण के शक्ति-साधनका कोई भी अंग निष्पन्न नहीं होता।"

कुण्डलिनी शक्तीचे चालन व तिचा सुषुम्नांतर्गत प्रवेश हा जो उपरोक्त परम सारभूत व साधनरहस्यात्मक महासिद्धान्त महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथांनी "शासन" म्हणजे शास्त्र म्हणून या ग्रंथात कथन केला आहे त्याचे कारण वेदोपनिषदादि आगम व तंत्रादि निगम ग्रंथातून या गोष्टींचा महिमा गाइलेला आहे. सुषुम्नेच्या आश्रया-शिवाय ब्रह्मप्राप्ती होऊच शकत नाही असा त्रिकालाबाधित सिद्धान्त मांडताना कठोपनिषद अध्याय २ वल्ली ३ श्लोक १६ मध्ये असे म्हटले आहे की, "हृदयातून निघणाऱ्या एकशेएक नाड्या आहेत. त्यातील सुषुम्ना नावाची एक नाडी अगदी मस्तकाचा भेद करून बाहेर पडलेली आहे. या नाडीद्वारा ऊर्ध्वगमन करणारा साधक अमरत्व प्राप्त करतो. बाकी सर्व नाड्या निरनिराळ्या गतींनी संयुक्त असल्याने त्यांच्या द्वारा जेव्हा प्राण जातो तेव्हा मनुष्य पुनःपुन्हा जन्ममरण परंपरेत सापडतो." अद्वयतारकोपनिषदात सुषुम्ना नाडीचे व तिच्यामध्ये वास करणाऱ्या कुण्डलिनी शक्तीचे वर्णन करताना असे म्हटले आहे की, "मनुष्याच्या देहामध्ये सूर्यासारखी तेजस्वी रूप असलेली व पोर्णिमेच्या चंद्राप्रमाणे शीतल असलेली सुषुम्ना नावाची ब्रह्मनाडी आहे. तिचा आरंभ मूलाधारापासून होऊन ती ब्रह्मरंध्रापर्यंत जाते. या नाडीमध्ये कोटीकोटी विजेप्रमाणे तेजस्वी व कमलाच्या तंतुप्रमाणे सूक्ष्म असलेली कुण्डलिनी नावाची प्रसिद्ध शक्ती वास करते. मनाने या शक्तीचे दर्शन घेतले असता मनुष्य सर्व पापांपासून सुटून मुक्त होतो." शिवसंहितेच्या पंचम पटलामध्ये सुषुम्ना ही ब्रह्मप्राप्तीचा मार्ग प्राप्त करून देणारी नाडी आहे हे सांगताना असे म्हटले आहे की, "मनुष्याच्या शरीरातील ऊर्ध्वभागात म्हणजे मस्तकात टाळूच्या मुळाशी सहस्रार नावाचे सातवे कमल सुशोभायमान अवस्थेत असते. येथे ब्रह्मरंध्रातच सुषुम्नानाडीचे दुसरे टोक येऊन मिळते. सुषुम्नानाडी टाळूपासून निघून अधोमुख होऊन मूलाधारापर्यन्त गेली आहे किंवा मूलाधारापासून निघून ऊर्ध्वमुख होऊन ती टाळूपर्यन्त आलेली

आहे. मूलाधारामध्ये असलेले सुषुम्नेचे पहिले मुख्यद्वार निद्रिस्त कुंडलिनी महाशक्ती-मुळे बंद असते; परंतु तिचे मस्तकातील टाळूजवळील ब्रह्मरंध्राचे द्वार मोकळे असते. ही सुषुम्ना शरीरातील मूलाधारापासून निघणाऱ्या सर्व नाड्यांचे आश्रयस्थान असून ती ब्रह्मांडाच्या ज्ञानाचे बीजच आहे. या नाडीमध्ये सर्व ब्रह्मांड विद्यमान असते. ही सुषुम्नाच मूलाधारापासून सहस्रारापर्यंत अध्यात्मतत्त्वाचे खरे दर्शन घडविणारी व ब्रह्ममार्ग प्राप्त करून देणारी एकमात्र नाडी आहे." रुद्रयामलतंत्रात शरीरस्थ त्रिवेणी संगम, तीर्थराज प्रयाग, तेथील स्नान व त्याचा महिमा किंवा फल सांगताना सुषुम्नेची अपूर्वता पुढीलप्रमाणे कथन केली आहे. "इडानाडीचे नाव भागीरथी गंगा आहे. पिंगलानाडीचे नाव यमुना आहे. इडा व पिंगला या नाड्यांमधून जाणाऱ्या तिसऱ्या नाडीचे नाव सुषुम्ना असून तिलाच सरस्वती असे म्हणतात. जेथे या तीन नाड्यांचा संगम होतो त्या भ्रुकुटीमध्ये असलेल्या आज्ञाचक्राला तीर्थराज प्रयाग म्हटले जाते. जे कोणी या शरीरस्थ प्रयाग-महातीर्थावर स्नान करतात ते सर्व पापांपासून मुक्त होतात. आपल्या शरीरात मूलाधारकमलामध्ये या तीन नाड्यांचे उत्पत्तिस्थान आहे. मूलाधारापासून निघून भ्रूमध्यातील आज्ञाचक्रामध्ये गंगा, यमुना व सरस्वतीस्वरूप असलेल्या इडा, पिंगला व सुषुम्ना या तीन नाड्यांचा संगम होतो. येथूनच इडापिंगला नाड्यांची श्वासप्रश्वासाच्या रूपाने बाहेर गती होते व सुषुम्नेची गती गुप्तपणे आत राहून ती सहस्रारात जाऊन मिळते. या तीन नाड्यांच्या संगमाला त्रिवेणीयोग म्हणतात. या ठिकाणी स्नान करण्याचे फल खूप मोठे आहे. या ठिकाणी मन व प्राण गेले की, साधकाला दिव्य लोकाची प्राप्ती होते व तेथे प्राणत्याग केला असता तत्काल मोक्षप्राप्ती होते." "योगमार्गाने जेव्हा कुण्डलिनी शक्ती जागृत होते तेव्हा वर सांगितल्याप्रमाणे शिवतीर्थाचे म्हणजे आज्ञाचक्रातील तीर्थराज प्रयागाचे दिव्य असे मानसिक स्नान घडून येते योगिलोक असे स्नान मोठ्या आनंदाने, प्रेमाने व हर्षाने करीत असतात. अशा प्रकारे स्नान करणारे योगिलोक शिवतीर्थाच्या प्रभावाने सत्त्वगुणयुक्त होऊन सर्व सिद्धी प्राप्त करून जीवमुक्त होतात. योगसाधनाच्या जोरावर जो योगिसाधक सुषुम्नेमध्ये प्राणवायू उत्तम प्रकारे धारण करून तेथेच ठेवण्यात समर्थ होतो तो शरीरस्थ तीर्थात मानसिक दिव्यस्नान केल्यानेच निष्पाप होतो. असे निष्पाप योगी स्वतःमधील शिवतीर्थाच्या केवळ दर्शनानेच निश्चितपणे मुक्त होतात. या रीतीने परमपवित्र अशा सर्व सिद्धी देणाऱ्या शिवतीर्थाचे माहात्म्य फार मोठे आहे. जे लोक नेहमी नाना प्रकाराची पापे करतात किंवा ज्यांनी ब्रह्महत्यादि महापापे केली आहेत, अशी पापे करणारे महापापी असून जर त्यांनी वरील प्रकारे आपल्या

अंतरातील महातीर्थात स्नान केले तर ते सर्व पापांपासून मुक्त होऊन अणिमादि सिद्धी प्राप्त करतात." योगशिखोपनिषदाच्या सहाव्या अध्यायातही ऋषींनी सुषुम्नेचा महिमा सांगताना असे म्हटले आहे की, "हृदयापासून एकशेएक नाड्या निघालेल्या आहेत. त्यापैकी एक नाडी मस्तकापर्यंत पोहोचली आहे. त्या एका नाडीच्या साहाय्याने ऊर्ध्वभागी असलेल्या ब्रह्मरंध्रात पोहोचून मनुष्य अमर होतो. या एकशेएक नाड्यातील ही एक नाडी म्हणजे श्रेष्ठ अशी सुषुम्ना होय. ती रजोरहित म्हणजे निर्मळ, ब्रह्मरूपिणी व परतत्त्वात विलीन होणारी अशी आहे. डावीकडे इडा व उजवीकडे पिंगला नाडी आहे. या दोन्हीत आत्मस्वरूप प्राप्त करून देणाऱ्या सुषुम्नेचे स्थान फार श्रेष्ठ आहे, हे जो जाणतो तो वेदसारज्ञ किंवा वेदवेत्ता जाणावा. सुषुम्ना ही शांभवी म्हणजे शिवाची शक्ती असून इतर नाड्या सामान्य होत. या सुषुम्नेचा हृदयस्थित परमपदाशी संबंध असून ती तालुमूलात स्थित आहे. काही विद्वान् लोक सुषुम्ना हीच सरस्वती व सर्वाधार आहे असे म्हणतात. या आधारापासून सर्व विश्व उत्पन्न होते व तेथेच ते लीन होते. वाम–दक्षिण नाड्यांचा म्हणजे इडा व पिंगला यांचा रोध करून सुषुम्नेच्या साहाय्याने जे साधकयोगी ब्रह्मरन्ध्रात प्रवेश करतात ते परमगतीला जातात. ज्यावेळी सुषुम्नेमध्ये वायुरूपी हंस म्हणजे प्राण अर्थात् कुण्डलिनी शक्ती खाली–वर धावते, ज्यावेळी सुषुम्नेत प्राणवायूचे निरन्तर भ्रमण किंवा संचालन होत राहते, ज्यावेळी बुद्धिमान योगसाधकाचा प्राणवायू निवातस्थ दीपाप्रमाणे सुषुम्नेमध्ये स्थिर होतो आणि ज्यावेळी सुषुम्नेमध्ये चंद्र–सूर्य लीन होतात तेव्हा समरसता किंवा सामरस्यभावाची प्राप्ती होते. या सर्व गोष्टी जो जाणतो म्हणजे ज्याला या गोष्टींचे अनुभुतीपूर्वक ज्ञान होते तो योगवेत्ता समजावा. ज्यावेळी सुषुम्नेत मनाचा वेग म्हणजे चंचलपणा लीन किंवा नाहीसा होतो, जेव्हा योगी सुषुम्नेत एक क्षणभर राहतो, ज्यावेळी योगी अर्धाक्षण का होईना सुषुम्नेत राहतो, ज्याप्रमाणे मीठ पाण्याशी एकरूप होते त्याप्रमाणे जेव्हा योगी सुषुम्नेशी एकरूप होतो आणि दुधात पाणी जसे एकरूप होते तसा ज्यावेळी योगी सुषुम्नेत लय पावतो त्यावेळी चिज्जडग्रंथी सुटतात म्हणजे जडचेतनभेदप्रक्रिया सिद्ध होऊन जड व चेतन किंवा शरीर व आत्मा या दोन्ही गोष्टी एकमेकांपासून वेगळ्या होतात आणि सर्व संशय नष्ट किंवा छिन्नभिन्न झाल्याने योगी चिद्रूपाकाशात लीन होऊन परमश्रेष्ठ गतीला जातो. गंगेत वा सागरात किंवा गंगासागरात स्नान करून मणिकर्णिकेला वंदन केल्याने जे पुण्य मिळते ते मध्यनाडी सुषुम्नेच्या विचाराच्या सोळाव्या अंशाचीही बरोबरी करू शकत नाही. हजारो अश्वमेध आणि शेकडो वाजपेय याग हे सुषुम्नाध्यानयोगाची बरोबरी

करू शकत नाहीत. जो साधक योगी सुषुम्नेत नेहमी वास्तव्य करतो त्याची सर्व पापे नाहीशी होतात व तो मुक्त होतो. सुषुम्ना हेंच श्रेष्ठ तीर्थ होय. सुषुम्ना हाच श्रेष्ठ जप होय. आणि सुषुम्नाच अत्युत्तम ध्यान व परमगती होय. नानाप्रकारचे यज्ञ, दान, व्रते, नियमादि सुषुम्नाध्यानलेशाच्या सोळाव्या कलेच्या अंशाचीही बरोबरी करू शकत नाहीत."

महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांनी यानंतर अमरौघशासन ग्रंथात शब्दब्रह्म म्हणजे काय हे स्पष्ट करून तदंगभूत नादानुसंधानाचे साधन कसे करावे हे सांगून दुसरा मौलिक सिद्धांत प्रस्थापित केला आहे. या शब्दब्रह्माचे व तदंतर्गत अनाहतनादानुसंधानाच्या परमरहस्यात्मक साधनाचे सांगोपांग विवेचन ग्रंथातील मूळ श्लोकांचे विवरण करताना केले आहे. " जिज्ञासुरपि योगस्य शब्दब्रह्मातिवर्तते ॥ ६·४४ ॥ " असे श्रीगोपालकृष्णनाथांनी श्रीमद्भगवद्गीतेत म्हणून योगाचे स्वरूप जाणण्याची इच्छा करणाराही शब्दब्रह्माचे उल्लंघन करून पलीकडे जातो, असा जो निर्वाळा दिला आहे, त्याचे खरे मर्म किंवा रहस्य काय आहे, हे अमरौघशासनातील मूळ श्लोकावरील टीकात्मक विवरणातून स्पष्ट होऊन अभ्यासू जिज्ञासूंना एका नव्या दृष्टिकोणाचा लाभ झाल्याशिवाय राहणार नाही.

महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांनी अमरौघशासन ग्रंथात "अयं प्रकृतिभेदः" असे म्हणून पिंडाच्या उभारणीचा आणि " चित्ते तृप्ते मनोमुक्तिरूर्ध्वमार्गाश्रितेऽनले ॥ ३३ ॥" असे सांगून पिंडाच्या संहारणीचा विचार प्रस्तुत करून तिसरा मौलिक सिद्धान्त प्रस्थापित केला आहे. "सिद्धसिद्धान्तपद्धति" यांसारख्या त्यांच्या प्रमुख ग्रंथात हा पिंडब्रह्मांडाच्या उभारणी-संहारणीचा विचार त्यांनी आपल्या संप्रदायपरंपरेप्रमाणे केलेला दिसून येतो. पिंडाच्या उभारणीबाबत थोड्याफार फरकाने सर्व शास्त्रकारांचें मत एकसारखे असल्याचे दृष्टोत्पत्तीस येत असले; तरी त्याच्या संहारणीबाबत जी मतभिन्नता दिसून येते त्यातच भिन्न संप्रदायांची, उपासनापद्धतींची, पंथांची व मार्गांची बीजे समाविष्ट आहेत हे सहज लक्षांत येते. "तेवीं पिंडाचेनि मिषें । पदीं पद प्रवेशे । ते एकत्व होय तैसें । पंडुकुमरा ॥६·३०८॥ " असे श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनी ज्ञानेश्वरीत म्हणून हे सिद्धयोग-मार्गांतर्गत पिंडब्रह्मांडाच्या संहारणीचे रहस्य सर्व ग्रंथात नानाविध शब्दांच्या अवगुंठनात गुंफून मांडले आहे. श्रीगुरुकृपेने पिंड म्हणजे कुंडलिनी शक्ती उद्बोधित होऊन विकासोन्मुख क्रमाने आपले पदस्वरूप म्हणजे शिवस्वरूप हळूहळू धारण करीत करीत जेव्हा पूर्णतया शिवरूप होते, तेव्हा जे एकत्व होते, त्यावेळी प्रतिप्रसव किंवा संहारणी

पूर्ण होते व जीव शिवरूप होऊन पिंडाबरोबर ब्रह्मांडाचाही लय होतो. महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथांनी "सिद्धसिद्धान्तपद्धति" या त्यांच्या प्रसिद्ध ग्रंथात हा विषय पंचमोपदेशात मांडताना सुरुवातीलाच असे म्हटले आहे की, "अथ पिंडपदयोः समरसकरणं कथ्यते–महासिद्धयोगिभिः पूर्वोक्तक्रमेण परपिंडादिस्वपिंडांतं ज्ञात्वा परमपदे समरसं कुर्यात् ॥५.१॥" आता पिंडाचे म्हणजे कुंडलिनी शक्तीचे व पदाचे म्हणजे शिवाचे एकमेकाशी समरसीकरण कसे होते हे सांगतो. महायोगी साधकांनी पूर्वी सांगितलेल्या क्रमाने शक्तीच्या द्वारा मूलाधारापासून आज्ञाचक्रापर्यंतची पिंडाची म्हणजे कुंडलिनी शक्तीची व आज्ञाचक्रापासून सहस्रारापर्यंत परमपिंडाची म्हणजे महाशक्तीची गती आहे असे जाणून या दोन्ही शक्तींचे समरसीकरण परमपदात करावे, अशी सुरुवात करून ते पुढे म्हणतात, "तस्माद्‌गुरुकटाक्षपातात् स्वसंवेद्यतया च महासिद्धयोगिभिः स्वकीयं पिंडं निरुत्थानानुभवेन समरसं क्रियते इति सिद्धान्तः ॥५–७॥" श्रीगुरू आपली करुणादृष्टी टाकून जेव्हा शक्तिपात करतात तेव्हा आत्मशक्ती जागृत होऊन स्वसंवेद्य पद जाणले जाते. अशा प्रकारे महासिद्ध योगि-साधक मूलाधारस्थ शक्तिजागृतीच्या अनुभवाने आपली आत्मशक्ती क्रमशः विकसित करीत तिचे महाशक्तीत रूपांतर करतात व शिवस्वरूप होतात. समरसीकरण करणे हाच सिद्धांचा सिद्धान्त आहे. वरील विचाराचा सारांश अमरौघशासन ग्रंथातील ३३ व्या श्लोकार्धात व्यक्त झाल्याचे दृष्टीस पडतो. तेथे ग्रंथकार असे म्हणतात की, "चित्त तृप्त झाले व अग्नी ऊर्ध्वमार्गाश्रयी बनला म्हणजे कुण्डलिनी शक्ती सुषुम्नागामी झाली की, साधकाला मनोमुक्ती प्राप्त होते अर्थात् शक्तीचे सहस्रारात शिवाशी मीलन झाले की, साधकाचे चित्त तृप्त होते व मन समरसीकरणामुळे शिल्लक न राहिल्याने मुक्त होते."

महासिद्ध योगी श्रीगोरक्षनाथांनी अमरौघशासन ग्रंथात "यत्र सहजसमाधिक्रमेण मनसा मनः समालोक्यते स एव मोक्षः ।" म्हणजे सहजसमाधीच्या अगर सहजयोगाच्या क्रमाने अर्थात् अभ्यासाने मनाने मनाचे स्वरूप सम्यक् रीतीने अवलोकन करणे म्हणजेच मोक्ष होय, अशा प्रकारे मोक्षाची व्याख्या करून चौथा मौलिक सिद्धान्त प्रस्थापित केला आहे. मोक्षाची अगदी अशीच कल्पना योगशिखोपनिषदाच्या सहाव्या अध्यायात मांडताना ऋषी म्हणतात, "मनसा मन आलोक्य वृत्तिशून्यं यदा भवेत् । ततः परं परब्रह्म दृश्यते च सुदुर्लभम् ॥ ६२ ॥ मनसा मन आलोक्य मुक्तो भवति योगवित् । मनसा मन आलोक्य उन्मन्यन्तं सदा स्मरेत् ॥ ६३ ॥ मनसा मन आलोक्य

योगनिष्ठः सदा भवेत् । मनसा मन आलोक्य दृश्यन्ते प्रत्यया दश ॥६४॥" याचा अर्थ असा की, "मनानेच मनाचे आलोकन केल्यावर जेव्हा ते वृत्तिशून्य होईल त्यावेळी अत्यंत दुष्प्राप्य अशा परब्रह्माचेही दर्शन होईल. मनाने मनाचे आलोकन केल्यास म्हणजे दर्शन घेतल्यास योगी मुक्त होतो. मनानेच मनाला पाहून नेहमी उन्मनी अवस्थेचे स्मरण करावे. मनाने मनाचे दर्शन घेतले की, साधक योगनिष्ठ व दशेन्द्रियविषयक अतीन्द्रियज्ञानी होतो." अशा रीतीने मोक्षाची किंवा जीवनमुक्तीपदाची सुंदर व्याख्या या ग्रंथात केली आहे. आपणास साधन करताना नेमके काय साधावयाचे आहे याची थोडक्यात पण सर्वांगपरिपूर्ण कल्पना देऊन साधकांना श्रीगोरक्षनाथांनी निश्चिन्त केले आहे.

महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथांनी अमरौघशासन या ग्रंथात "मूलकन्दे तु या शक्तिः कुण्डलाकाररूपिणी । उद्गमावर्तवातोऽयं प्राण इत्युच्यते बुधैः ॥" म्हणजे मूलकंदात जी कुण्डलाकार शक्ति आहे ती म्हणजे उद्गम स्थानातून वळणे घेत घेत वर येणारा प्राणवायूच होय असे या शास्त्रातील तज्ज्ञ मंडळी म्हणतात, असे म्हणून कुण्डलिनी शक्तीच्या स्वरूपाचा व स्थानाचा उपरोक्त श्लोकाच्या मागे व पुढे विवेचन करून जो पाचवा मौलिक सिद्धान्त प्रस्थापित केला आहे, तो केवळ अपूर्व आहे, यात तिलःप्राय शंका नाही. श्रीगुरुचरित्र ग्रंथात "प्राण म्हणजे वायु जाण ॥ २१-५७ ॥" असा महासिद्धास्त श्रीमन्नृसिंहसरस्वतिस्वामिमहाराज यांनी कथन केला आहे. त्याचप्रमाणे श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनी ज्ञानेश्वरीत कुण्डलिनी शक्ती ही प्राणस्वरूप किंवा वायुस्वरूप आहे हे सिद्धान्तरूपाने स्पष्ट करताना असे म्हटले आहे की, "कुण्डलिनी शक्ती अनाहत व विशुद्धचक्र ओलांडून जेव्हा आज्ञाचक्रापाशी येते तेव्हा ती ब्रह्मस्थानाला जाण्याची आज्ञाचक्ररूपी खिडकी सहजच उघडते. आज्ञाचक्राच्यावर मस्तकात टोकाला सहस्रारचक्र असून ते कमळाच्या पोकळीतील आकाराप्रमाणे आहे. यालाच दुसरे महदकाश म्हणतात. तेथेच चैतन्य अर्धातुर अवस्थेत शक्तीच्या मीलनाची वाट पाहात निरालंबपणे वास करीत असते. ज्यावेळी हृदयाच्या ठिकाणी म्हणजे आज्ञाचक्रात ही परमेश्वरी कुंडलिनी शक्ती आपल्या तेजःची शिदोरी अर्पण करते व बुद्धिरूप भाजीसह हातात वाढून घेतलेला नैवेद्य दाखविते त्यावेळी तेज आणि बुद्धी यांच्या रूपाने स्वतःजवळ असणारे तिचे सर्व जडत्वच ती अर्पण करून पुन्हा द्वैत दिसणार नाही अशी अवस्था स्वतःला प्राप्त करून घेते. अशा प्रकारे कुंडलिनी शक्तीने तेजरूप कांती अर्पण केल्यावर ती केवळ प्राणरूप किंवा प्राणवायुरूप होऊन राहते. (येथे

पूर्वमार्ग किंवा जडत्वरूपी मनाचा योग संपून येथून पुढे अजडत्वरूपी असा पश्चिममार्ग किंवा अमनस्क योग सुरू होतो.) यावेळी म्हणजे आज्ञाचक्र ओलांडून पुढे गेल्यावर एखाद्या वाऱ्याच्या पुतळीने पितांबरासारखे पांघरलेले जरतारी वस्त्र फेडून बाजूला ठेवावे त्याप्रमाणे सर्व जडत्व दूर झाले आहे अशी ती कुण्डलिनी शक्ती भासते. वाऱ्याची झुळूक लागून दिव्याची ज्योत नाहीशी व्हावी किंवा आकाशात वीज चमकून अदृश्य-लुप्त व्हावी त्याप्रमाणे हृदयकमळापर्यन्त म्हणजे आज्ञाचक्रापर्यन्त सोन्याच्या सतेज सरीप्रमाणे किंवा एखादा प्रकाशजळाचा झरा वाहत यावा त्याप्रमाणे वाहत येऊन आज्ञाचक्राच्या पोकळीत ती शक्ती जिरून जाते. येथे कुंडलिनी शक्तीचे रूप शक्तीतच मावळते म्हणजे तिचे सर्व जडत्व पूर्णपणे संपुष्टात येते. अशी स्थिती झाली तरी हिला शक्तीच म्हणतात; पण वास्तविक ती केवळ प्राणवायुरूपच असते, हे जाणले पाहिजे." (ज्ञानेश्वरी अ. ६ ओव्या २७९ ते २८८).

अशा प्रकारे कुण्डलिनी शक्ती ही प्राणस्वरूप किंवा वायुस्वरूप आहे हे सिद्धान्तरूपाने स्पष्ट करून तिचे स्थान, तिच्या अंगभूत इतर नाड्या, त्यांची स्थाने, सुषुम्नान्तर्गत चक्रे व त्यांची तत्त्वे, नाद, कला, बिन्दू, इच्छा–ज्ञान–क्रिया शक्ती आणि चैतन्य–शक्तीने युक्त असा परमात्मा इत्यादि अंगोपांगांचा महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांनी फार सूक्ष्म विचार या ग्रंथात प्रकट केला आहे.

सारांश, अमरौघशासनासारख्या आकाराने लहान असलेल्या या ग्रंथात महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांनी जे पाच मौलिक सिद्धान्त व तदंगभूत अनेक उपसिद्धान्त किंवा विषय मांडलेले आहेत ते सिद्धयोगाचे किंवा शक्तिपातयोगाचे साधन करणाऱ्या साधकांनी नीरक्षीरविवेकन्यायाने ग्रहण केले; तर आपल्या हातात आपण करीत असलेल्या साधनाचा एक सारभूत ग्रंथ आला आहे, या विचाराने त्यांना निरतिशय समाधान व आनंद झाल्याशिवाय राहणार नाही. महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांच्या अनेकानेक योगग्रंथांची अमरौघशासन हा ग्रंथ म्हणजे "लघु पण गोड" या न्यायाची किंवा "यदल्पं तद बहुः" या दृष्टीची एक संक्षिप्त आवृत्ती आहे, एवढे लक्षात घेतले म्हणजे त्यात या ग्रंथाचे सर्व माहात्म्य आले असे होईल. त्याचप्रमाणे "ज्ञाननिष्ठो विरक्तोऽपि धर्मज्ञो विजितेन्द्रियः । विना देवोऽपि योगेन न मोक्षं लभते प्रिये ॥ ३१-३२ ॥" असे योगबीज ग्रंथात महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांनी म्हटल्याप्रमाणे सिद्धयोगाची कास धरून कुंडलिनी शक्तीचे उत्थापन करणे नितान्त आवश्यक

आहे. कुंडलिनी शक्तीचे उत्थान हा योगाचा मूलस्तंभ आहे. या मूलस्तंभाच्या आधारानेच ग्रंथकाराने अमरौघशासनाचा प्रपंच केला आहे. हे सूत्र ध्यानात घेऊन ग्रंथाचा अभ्यास केला म्हणजे सिद्धयोगाच्या साधकांना त्याचा खरा लाभ होईल.

इत्यलम् । श्रीगुरुचरणी नित्य व अखंड अगत्य ठेवून त्यांच्या चरणस्मरणाने जीवन धन्य करावे ही प्रार्थना.

केशव रामचंद्र जोशी

॥ श्रीगुरुःशरणम् ॥

ॐ श्रीमदमृतमूर्तये शंकराय नमः

महायोगी श्रीगोरक्षनाथसिद्ध विरचित

अमरौघशासन



ऊर्ध्वशक्तिनिपाताच्च तथाधःशक्तिकुञ्चनात् ।
मध्यशक्तिप्रबोधेन जायते परमं सुखम् ॥१॥

अर्थ :– ऊर्ध्वशक्तीचा निपात, अधःशक्तीचे संकोचन व मध्य-शक्तीची जागृती या तीन क्रियांमुळे परमसुखाचा लाभ होतो.

विवरण :– मानवी शरीरात अमर ओघाचा म्हणजे सुषुम्नामार्गाने ऊर्ध्वगामी होणाऱ्या कुण्डलिनी शक्तीचा प्रवाह कसा उपस्थित होतो व त्यामुळे त्याला अत्यंत श्रेष्ठ अशा सुखाची अर्थात् सामरस्याची प्राप्ती कशी होते याचे शासन म्हणजे शास्त्र अर्थात् साधनशास्त्र कथन करताना महायोगी गोरक्षनाथांनी या पहिल्याच श्लोकात आपल्या सिद्धयोगमार्गाचे किंवा शक्तिपातयोगमार्गाचे साररूप रहस्य प्रस्तुत केले आहे.

अगदी याच अर्थाचा श्लोक महायोगी गोरक्षनाथांनी " सिद्ध-सिद्धान्तपद्धति " या ग्रंथाच्या चतुर्थ पटलात थोड्या फरकाने पुढील प्रमाणे उद्धृत केला आहे. तेथे ते असे म्हणतात की–

मध्यशक्तिप्रबोधेन अधःशक्तिनिकुञ्चनात् ।
ऊर्ध्वशक्तिनिपातेन प्राप्यते परमं पदम् ॥४.१६ ॥

या श्लोकावर टीका करताना पं. श्री. द्रव्येश झा शास्त्री मैथिलः यांनी असे म्हटले आहे की, "मध्यशक्तिर्नाभिदेशस्था कुण्डलिनी, तस्याः प्रबोधेन जागरणेन, अधः शक्तिमूलाधारस्थकुण्डलिनी, तस्या निकुंचनादुत्थापनात्। ऊर्ध्वशक्तिः–सहस्रारस्थशिवशक्तिः, तस्यां निपातेन संयोजनेन परमं पदं मोक्षपदं प्राप्यते लभ्यत इत्यर्थः। अथवा मध्यशक्तिः ज्ञानस्वरूपा कुण्डलिनी तस्याः 'प्रबोधेन' जागरणेन अधःशक्तिनिकुञ्चनात् अधः शक्तेर्विषयाभिमुखबुद्धिशक्तेर्निकुञ्चनात् संकोचनादूर्ध्वशक्ति निपातनेन ऊर्ध्वशक्तेः अहमेव सर्वम् नान्यन्मत्तः किञ्चिदिति विमर्श-शक्तेः निपातनेन सम्बन्धेन परंपदं, मोक्षपदं प्राप्यते लब्धमेवाविद्या-पिधानापनयनेन लभ्यत इत्युपचारः।"

मणिपूरचक्रात स्थित असलेल्या मध्यशक्ती कुण्डलिनीची जागृती केल्याने, मूलाधारस्थ निम्नतम शक्तीचे आकर्षण केल्याने आणि ऊर्ध्व-शक्तीचा पात केल्याने परमपदाची प्राप्ती होते. याचे तात्पर्य असे आहे की, गुदेच्या वर दोन बोटे आणि लिंगाच्या खाली दोन बोटे इतक्या अंतरावर असलेल्या स्थानी चार बोटे रुंद असलेले व चार पाकळ्यांचे आधार पद्म आहे. या आधार कमलाच्या मध्ये कर्णिकेत सुशोभित असलेली त्रिकोणाकार योनी आहे. या योनीलाच कामपीठ असे म्हणतात. या योनिमंडलाच्या मध्यभागी पश्चिमाभिमुख असलेले महाशिवलिंग आहे. या शिवलिंगाला चक्राकार असे साडेतीन वेढे घालून खाली तोंड केलेली अशी विजेच्या प्रकाशाप्रमाणे चमकणारी महा-कुण्डलिनी शक्ती सुषुम्नेचा ब्रह्मरंध्राकडे जाणारा रस्ता अडवून विराजमान झाली आहे. अपानवायूचे निःशेष आकुंचन केले आणि त्याच वेळी तिचे ध्यान केले म्हणजे या महाशक्तीचे उत्थान होते अर्थात् सुषुम्नेचे द्वार ती मोकळे करते किंवा अडविलेला रस्ता मोकळा करते. याचा अर्थ असा की, बहिर्मुखाने संसारात रत असलेली कुण्डलीनी शक्ती अंतर्मुख होऊन परमेश्वराकडे अग्रेसर होऊ लागते. नाभिचक्रात आठ वेळा वेढे घेऊन मध्य कुंण्डलिनी शक्ती विराजमान झाली आहे. जालन्धर, उड्डीयान व मूलबन्ध अशा तीन बंधांनी आणि हठयोगाच्या क्रियांनी या मध्य शक्तीचे उत्थान केले जाते. प्राणशक्तीचे अपानशक्ती-

बरोबर एकीकरण करणे याला ऊर्ध्व शक्तिपात असे म्हणतात किंवा जागृत कुण्डलिनी शक्तीला सहस्रारात म्हणजे सहस्रदलकमलात पोहोचविणे याला ऊर्ध्व शक्तिपात असे म्हणतात. अर्थात् प्राण व अपान या वायूंचे म्हणजे शक्तींचे एकीकरण करून वरील तीन्हीही बंध उत्तम प्रकारे सिद्ध झाले की, कुण्डलीनी देवी सुषुम्नेमध्ये प्रवेश करून ऊर्ध्वगामी होताना म्हणजे सहस्रारात शिवाशी समरस होण्यासाठी जाताना अपूर्व भावना प्रकट करते म्हणजे अप्राकृत शृंगार अर्थात् सहज भक्तीचे प्रकटीकरण करते आणि ब्रह्म, विष्णू व रुद्र या तीन ग्रंथींचे भेदन करून तिच्या मार्गातील सर्व चक्रांमध्ये स्थित असलेल्या कमलांचा विकास करते. ज्यावेळी ही शक्ती आज्ञाचक्राच्या म्हणजे भ्रूमध्याच्या वर जाते तेव्हा प्राण, इंद्रिये आणि मन यांचा व्यापार थांबून शक्ती सहस्रारात पोहोचते. तेथे ती शिवाशी म्हणजे आपल्या मूळ स्वरूपाशी समरस अर्थात् एकाकार झाली की, साधकाला समाधी अवस्थेची प्राप्ती होते. त्या ठिकाणी कालाची अर्थात् दिवस–रात्रीची गती नाही. यामुळेच त्याला परमपद किंवा मोक्ष असे म्हणतात.

वास्तविकपणे "तदूर्ध्वं तु शिखाकारा कुण्डली रक्तविग्रहा। देव्यात्मिका तु सा प्रोक्ता मदाभिन्ना नगाधिप ।।" असे "देवीगीतेत" म्हटल्याप्रमाणे मूलाधारात स्वयंभूलिंगाच्या ऊर्ध्वभागी अग्नीच्या शिखेसारखी रक्तवर्णाची देविस्वरूप कुण्डलिनी शक्ती आहे. हे पर्वत- राज ! ही कुण्डलिनी शक्ती माझ्याशी अभिन्न किंवा एकरूप आहे. परंतु ही शक्तीच इच्छा, क्रिया व ज्ञान अशा तीन शक्तींच्या रूपात शरीरात विराजमान होते. "गोरक्षसंहितेत" या दृष्टीनेच असे म्हटले आहे की–

इच्छा क्रिया तथा ज्ञानं गौरी ब्राह्मी तु वैष्णवी।
त्रिधा शक्तिः स्थिता यत्र तत्परं ज्योतिरोमिति ।।
ज्ञानं गौरी शक्तिरिच्छा ब्राह्मीशक्तिः ।
क्रिया वैष्णवीशक्तिरिति त्रिधा त्रिप्रकारा ।।

शक्ती तीन प्रकारची आहे. ज्ञानरूपी गौरी किंवा माहेश्वरी शक्ती, इच्छारूपी ब्राह्मीशक्ती आणि क्रियारूपी वैष्णवीशक्ती किंवा

लक्ष्मी. अशी एकाच शक्तीची त्रिविध रूपे आहेत. या तीन शक्तींची जी जी स्थाने आहेत, त्याच्या पलीकडे चिज्ज्योतिस्वरूप ब्रह्मस्थान आहे.

मूलाधारापासून नाभिचक्रापर्यंन्त इच्छाशक्तिरूपी ब्राह्मीशक्तीचे स्थान आहे, हिला अध:शक्ती असे म्हणतात. नाभिचक्रापासून कण्ठचक्रापर्यंन्त क्रियाशक्तिरूपी विष्णुशक्तीचे स्थान आहे. या वैष्णवी शक्तीला मध्यशक्ती असे म्हणतात. कण्ठचक्रापासून आज्ञाचक्रापर्यंन्त ज्ञानशक्तिरूपी शिवशक्तीचे स्थान आहे. हिला ऊर्ध्वशक्ती असे म्हणतात. याच्या पुढे म्हणजे या त्रिविध शक्तींच्या स्थानापलीकडे निरंजन निर्गुण ब्रह्माचे स्थान आहे. या दृष्टीनेच शास्त्रकारांनी असे म्हटले आहे की—

ऊर्ध्वशक्तिर्भवेत् कण्ठं अधःशक्तिर्भवेत् गुदः ।
मध्यशक्तिर्भवेन्नाभिः शक्त्यातीतं निरञ्जनम् ।।

मात्र सिद्धयोगाच्या साधकांना सद्‌गुरूंनी परंपराप्राप्त शक्तीच्या संक्रमणाने शक्तिपातयोगदीक्षा दिली की, त्यांच्या कृपेने जागृत झालेली कुण्डलिनी शक्ती साधकाच्या ठिकाणी ऊर्ध्वशक्तीचा निपात, अधःशक्तीचे संकोचन व मध्यशक्तीची जागृती ह्या तिन्ही क्रिया आणि तदनुषंगिक अन्य क्रिया स्वत: उपस्थित करून घडवून आणते व साधकाला परमसुखाचा लाभ करून देते. त्यामुळे त्याला स्वत:ला कोणताही पौरुष-प्रयत्न करण्याचे कारण उरत नाही. उपरोक्त प्रक्रिया शरीरात घडवून यावी म्हणून त्याने डोळे मिटून स्वस्थपणे बसून शक्तिचालनाला वाव दिला पाहिजे. जागृत शक्तीच्या विकासाला अगर चालनाला अवसर दिला की, हे सर्व कसे घडते याची साधकाला अनुभूती येते.

उर्ध्वशक्तिनिपातः कन्दचतुष्टयेन ज्ञायते—

यच्चन्द्रप्रभवं वराम्बरगतं यल्लिङ्गसंज्ञं जलं
स प्राणस्तदधः स्थिरं च कमलं धत्ते मुखोर्ध्वं हृदि ।
बद्ध्वा कुम्भकमात्मणाढरचितं तद्ब्रह्मनाडीगतं
ह्यानेतुं वदने षडध्वगकला सैवंविधा सारणा ।। २ ।।

कन्दचतुष्टयावरून उर्ध्वशक्तिनिपात झाल्याचे समजते :—

चन्द्रापासून स्रवणारे असे जे मस्तकातील आकाशाच्या पोकळीत असणारे लिंग नावाचे जल अर्थात् अमृत आहे तोच प्राण होय. हा प्राण

ऊर्ध्वमुख हृत्कमलामध्ये स्थिर करावा. नंतर ब्रह्मनाडीगत वायूला म्हणजे या नाडीतून संचार करणाऱ्या वायूला कुंभकाने अडवून मुखामध्ये आणण्यासाठी जी मुद्रा केली जाते तिला षडध्वगकला सारणा किंवा मुद्रा असे म्हणतात.

षडध्वगा कथ्यते—

घण्टाकोटिकपोलकोटरकुटीजिह्वाग्रमध्याश्रया-
च्छङ्खिन्यागतराजदन्तविवरं प्रान्तोर्ध्ववक्त्रेण यत् ।
सम्प्राप्तं हनुरन्ध्रमूलविधिना यच्चन्द्रतोयं मुखे
तत्सर्वं रविकालरूपसदने रक्षेत्परा सारणा ।। ३ ।।

षडध्वगा (सारणा–मुद्रा) सांगतातः—

गळ्यातील घाटीचे टोक, गाल व जिभेचे टोक या मार्गाने मुखाच्या ऊर्ध्वभागातून स्रवलेले किंवा पाझरलेले चन्द्रामृत शंख म्हणजे कानशिलातील जागा व राजदन्त म्हणजे पुढील दातातील फट या ठिकाणी साठवावे आणि हनुवटतील सूक्ष्मरंध्रातून आलेले चन्द्रामृत रविकालरूपसदनात म्हणजे नेत्रात साठवावे. ही श्रेष्ठ सारणा होय.

कर्मान्तरेण परा सारणा कथ्यते—

नृत्यन्नित्योर्ध्वजिह्वो यदि पिबति पुमान्वक्त्रधारामृतौघं
सुस्वादं शीतलाङ्गं दुरितभयहरं क्षुत्पिपासाविनाशि ।
पिण्डस्थैर्यं यदस्माद्भवति बत महामृत्युरोगा द्रवन्ते
दौर्भाग्यं याति नाशं हरति विषजरां याति काले भ्रमित्वा ।। ४ ।।

दुसऱ्या एका तऱ्हेने परा सारणा सांगतातः—

जर साधक सदैव तालुभागाला जिभेचा स्पर्श करीत राहील व मुखातील चंद्रामृत सेवन करीत राहील अर्थात् सहस्रारातून पाझरून मुखात येणाऱ्या अमृताचे पान करीत राहील; तर त्याचा देह स्थिर व पूर्णायुषी होईल. महामृत्यू व रोग अशा साधकापासून दूर पळतील. अशा साधकाच्या वाट्याला दुर्भाग्य कधीही येणार नाही, त्याच्यावर विषाचा परिणाम होणार नाही आणि जरा म्हणजे म्हातारपण यांचा त्रास त्याला

होणार नाही; कारण सहस्रारातून पाझरणारे चंद्रामृत हे सुमधुर, शीतोत्पादक, संकटभयनिवारक आणि भुकेची व तहानेची पीडा दूर करणारे असे आहे. हे अमृत देहात सर्वत्र संचार करून थोड्या कालावधीतच पिण्डस्थैर्यादि गोष्टी संपादन करील.

सारणानन्तरं सारणा कथ्यते—

जिह्वाग्रं त्वथ राजदन्तविवरं नीत्वा ततो घाण्टिकां
संस्थाप्य प्रतिजिह्वपर्वं शशिनो मार्गे कलां च क्षिपेत् ।
एवंसारणिके पतन्ति च सुधाधाराः पुनः षण्मुख-
गान्धाराप्यथ तत्कलापमथनं नाडीमुखोज्जृम्भणम् ॥ ५ ॥

परासारणेनंतर सारणा सांगतात :—

जिभेचे टोक राजदन्तातील विवरात (फटीमध्ये) नेऊन नंतर गळ्यामधील घाटीच्या टोकावर स्थिर करून जिभेचे दोन भाग चंद्रामृताच्या मार्गात लावावेत. असे केल्यास अमृताच्या धारा गळू लागतात. याला षण्मुखगान्धारा (मुद्रा) म्हणतात. यामुळे नाड्यांची मुखे कार्योन्मुख होतात व चंद्रधारांचे घुसळण होते.

सारणानन्तरं प्रतिसारणा कथ्यते—

प्राणवातेन नीत्वोर्ध्वं कोटरे चन्द्रजां कलाम् ।
मन्थितां दिव्यजातां च तेन गान्धारकर्मणा ॥६॥

या सारणेनन्तर प्रतिसारणा सांगतात :—

वरील षण्मुख गान्धारक्रियने म्हणजे मुद्रेने कोठ्यातील दिव्य व मन्थित म्हणजे चलित चन्द्रकलेला प्राणवायूच्या निरोधाने ऊर्ध्वस्थानीं न्यावे. (ही एक प्रकारची प्रतिसारणा मुद्राच होय.)

गान्धारानन्तरं प्रतिसारणा कथ्यते—

नासापश्चिममार्गवाहपवनात्प्राणेऽतिदीर्घीकृते
चन्द्राम्बु प्रतिसारणां सुकृतिनः प्राग्घण्टिकायाः पथः ।
सिञ्चन्कालविशालवह्निवशगं भूत्वा स नाडीशतं
तत्कायं कुरुते पुनर्नवतनुं जीर्णद्रुमस्कन्धवत् ॥७॥

षण्मुखगान्धारोत्तर प्रतिसारणा सांगतात :—

नासिकेच्या डाव्या नाकपुडीतील वायू रेचकक्रियेने अत्यन्त दीर्घ झाला असताना हे चन्द्रामृत प्रतिसारणा मुद्रेने गळ्यातील घण्टिकेच्या पुढील मार्गाने कालविशालवन्हीच्या वशतेत गेलेल्या म्हणजे कालरूपी विशाल अग्नीच्या ताब्यात गेलेल्या अर्थात् प्रचंड कालाग्नीमुळे ग्रासल्या जाणाऱ्या शेकडोशे नाड्यांमध्ये आपल्या रसाचे सिंचन करून त्यांना शीतलता आणते. या क्रियेच्या सततशीलनाने म्हणजे ही क्रिया पुनःपुन्हा करीत राहिल्याने साधकयोग्याचे शरीर पुन्हा तरुण व दृढ होते. एखाद्या जीर्णवृक्षाला दूधपाण्याचा अभिषेक झाल्यास ते जसे टवटवीत होते तसा या देहाला चन्द्रोदकाने ताजेपणा येतो.

प्रतिसारणानन्तरं शङ्खसारणा कथ्यते—

प्रोत्क्षिप्तं वृषणस्य गोलकयुगं मध्ये ध्वजं प्रोद्ध्वजं
नित्योर्ध्वे बत शङ्खसारणविधौ वक्त्रं विधेयं निजम् ।
सर्वस्थानशरीरबन्धनवशात्स्कन्धोद्धृतानां यथा
नाडीनां मुखतः सुधानिधिजलं सिञ्चन्नधो गच्छति ॥८॥

प्रतिसारणा-- (मुद्रे--) नन्तर शंखसारणा सांगतात :—

शंखसारणमुद्रेत नित्य ऊर्ध्व स्थितीत असणाऱ्या वृषण व ध्वज यांना अधोमुख ठेवावे. सर्व शरीरबन्धनामुळे स्कन्धोद्धृत नाड्यांच्या मुखातून चन्द्रामृताच्या धारा अधःशरीरभागाला भिजवितात. त्यामुळे शरीराचा अधोभाग टवटवीत होऊन कुण्डलिनीपर्यन्त आर्द्रता येते.

कर्मान्तरेण शङ्खसारणा कथ्यते–

वृषणाकर्षणं कार्यमथवा शङ्खसारणा ।
बोधनं चैव कुण्डल्यास्तिष्ठेच्चैवोत्कटासनम् ॥९॥

अन्यक्रियेने शङ्खसारणा करता येते ते सांगतात :—

अर्थ :—साधकाने वृषणाकर्षण म्हणजे लिंगाकर्षण किंवा अंडकोषाकर्षण करावे आणि उत्कटासनात बसून कुण्डलिनी शक्तीची जागृती करावी. या क्रियांनी शंखसारणा (मुद्रा) होते.

विवरणः–साधकाने मूलबंध लावून पोट खपाटी नेले की, अपान-वायूचे हळूहळू आकर्षण होऊन लिंग व अंडकोषही आत खेचला जातो. उत्कटासनाचे वर्णन घेरण्ड–संहितेत पुढीलप्रमाणें केले आहे.

अंगुष्ठाभ्यामवष्टभ्य धरां गुल्फे च खे गतौ ।
तत्रोपरि गुदं न्यस्य विज्ञेयमुत्कटासनम् ॥२.२३॥

दोन्ही पायांचे अंगठे भूमीला टेकवून दोन्ही टाचा वर उचलाव्यात आणि त्या टाचांवर गुदस्थान ठेवून त्यावर बसावे. याला उत्कटासन असे म्हणतात.

या आसनामुळे अपानवायूचे ऊर्ध्वाकर्षण होऊन कुण्डलिनी शक्तीची जागृती होते.

शङ्खसारणानन्तरं महासारणा कथ्यते–

पश्चादासनशुद्धवातनिकरानादाय कण्ठव्रणात्
संस्थाप्या रविमण्डले तु भुजगी संभूतनाडीत्रयात् ।
देवी मध्यपथोदिता प्रकुरुते कम्पं ततो मूर्च्छनां
दूराकर्षणदर्शनं श्रुतिगणांश्चान्या महासारणा ॥१०॥

शंखसारणेनन्तर महासारणा (महामुद्रा) सांगतात :–

शंखसारणेनन्तर आसनामुळे शुद्ध झालेल्या वातसमुदायाला घेऊन म्हणजे वायुस्वरूपातील नानाविध शक्तींचे कुण्डलिनी शक्तीत आकर्षण करून किंवा महाशक्तीशी त्यांचे एकीकरण अथवा समरसीकरण करून ही कुण्डलिनी शक्ती द्वादशारचक्रामध्ये स्थिर करावी. नाडीत्रययुक्त कण्ठच्छिद्रातून ही कुण्डलिनी शक्ती जेव्हा मध्यमार्गात येते अर्थात् तिचा सुषुम्नान्तर्गत ब्रह्मनाडीत प्रवेश होतो तेव्हा साधकाला कम्प, मूर्च्छा, दूरगत पदार्थांचे आकर्षण, दूरदर्शन व दूरस्थ नानाशब्दश्रवण या सिद्धी प्राप्त होतात. ही महासारणा होय.

कर्मान्तरेण महासारणा कथ्यते–

आधाराम्बुजकोशकन्दभुजगी संभूय नाडीत्रयात्
चन्द्रार्कोद्भवनाडिकोर्ध्वयुगलं चाद्वैतपथ्यागतम् ।

तत्रैवाङ्गुलिभिर्निपीडच क्रमशः शान्ति मनो मारुतं
चन्द्रो याति रविं ततश्च भुवने तुल्या महासारणा ।।११।।

एका अन्य क्रियेने महासारणा (महामुद्रा) सांगतात :–

मूलधारचक्रगत सर्पिणी म्हणजें कुण्डलिनी शक्ती नाडीत्रयाशीं एकरूप होऊन चन्द्र व सूर्य यांच्यापासून उत्पन्न झालेल्या इडापिंगला नाड्यांना अर्थात् त्यातून वाहणाऱ्या वायूला म्हणजे बहिर्मुख अशा संसारोन्मुख वृत्तीला अद्वैतात म्हणजें एका मध्यात अर्थात् मध्यमार्गात आणते. तेथेच प्राणायाम केल्यास मन आणि वायू शांत होतात. हा वायू चन्द्र सूर्यस्थानी जाऊन इडा–पिंगलेशी मिळून नन्तर स्वस्थानी किंवा संपूर्ण शरीरात फिरतो. या महासारणेची वरील सारणेशी तुलना केली असता ही तितकीच फलदायक आहे.

सूर्यान्तः शशिवीचिदन्तवदन (ने) प्रान्तप्लवौघोरगी
सम्प्राप्ते पवनातिसङ्गहरणे क्षिप्रं ततो धाविता ।
श्रीमन्मध्यपथान्ततो विदधती कम्पादि कोपान्विता
तस्यैवाश्रययायिनोऽपि शशिनो दत्ता सुधा सम्मता ।।१२।।

द्वादशारातील चन्द्रामृताने ज्या भुजगीचा म्हणजें कुण्डलिनी शक्तीचा दन्तवदन म्हणजे अधरांचा भाग न्हाऊन निघाला आहे, अशी ती सर्पिणी म्हणजे कुटिलाकार किंवा कुंडलाकार शक्ती, प्राणायाम शिथिल झाल्यावर आपल्या मूळ स्थानातून म्हणजे सहस्रारातून निघून धावत धावत मध्यमार्गातील शेवटच्या भागात म्हणजे सुषुम्नेच्या मुळाशी अर्थात् ब्रह्मद्वारापाशी येते व रागावून कम्पमूर्च्छादि भाव उत्पन्न करते. या क्रियेमुळे साधकाला चन्द्रामृताचा लाभ झाला असे समजायला हरकत नाही.

आदौ शोषणिकोऽत्र सारणमतः कार्यं महासारणं
कर्तव्यं प्रतिसारणं च गुरुणा निर्दिष्टमार्गं क्रमात् ।
पश्चादेव च शङ्खसारणविधौ कार्यं महासारणं
सं मूर्च्छा विततकृतिः प्रतिदिनं वेलात्रयं दीयताम् ।। १३ ।।

सर्व शरीरामध्ये असलेल्या धातूंना प्राणायामक्रियेने शुष्क म्हणजे निर्मल करणाऱ्या योग्याने आधी सारण करावे किंवा सारणाने शरीर

शुष्क अथवा कृश करावे. असे केल्यानंतरच चन्द्रामृताने शरीर आर्द्र अर्थात् शीतल होईल. नन्तर महासारण करावे व त्या नन्तर गुरूपदिष्ट मार्गाने क्रमशः प्रतिसारण करावे. नन्तरच शंखसारणा करता करता ज्यात संमूर्च्छा व दीर्घस्वरूपाची समाधिस्थिती आहे अशी महसारणाची क्रिया करावी. या सर्व क्रिया दररोज तीन वेळा कराव्यात.

आकुञ्च्यागजकामरूपमचलं बन्धत्वजातं तनौ
नात्यूर्ध्वे चतुरङ्गुलाग्रविदिते स्थाने हृदा प्राणिते ।
दन्तैर्बन्धुरिते च वातयुगले प्रश्लेषणाश्लेषणात्
नाभिग्रन्थिविमोक्षपातसहजे मार्गे मनःसिद्धयः ॥१४॥

मूलधारस्थ कामगिरीपीठाचे आकुंचन करून अर्थात् वृषणादि सर्वांचे आकुंचन करून शरीरात मूल, उड्डीयान व जालंधर हे बंध साधून फार ऊर्ध्व नाही अशा चार बोटे वर असलेल्या हृदयात प्राण-वायू आणून मुखातील दात एकमेकांवर दावून धरून दोन्ही वायूंना म्हणजे इडापिंगलांतर्गत वायूंना किंवा प्राणापान वायूंना एकमेकात आलिंगन-रूपाने मिळवून अर्थात् त्यांना समरस करून, नाभिग्रंथीचा मोक्ष वा पतन म्हणजे भेद झाला; तर इच्छिलेल्या सर्व सिध्दी प्राप्त होतात.

दूराकारविसर्पिते च पवने नाभेश्च मार्गस्थिते
बन्धेषु त्रिषु सत्सु सोऽपि शिथिले मध्यप्रबोधे सति ।
क्षिप्रं च ध्रियते द्विपीठमरुतोऽप्यूर्ध्वक्रमाकर्षणे
संयुक्तो गतिचित्तशोषणमतः प्राप्येऽनिले तिष्ठति ॥१५॥

मूले मूलोर्ध्वचक्रे वृषणकुलतले वह्निमातङ्गकूले
कम्पक्षोभभ्रमाढ्ये ध्वनितपरिचयं घर्मपातोर्ध्वरोम ।
भूमित्यागं कवित्वं परपुरविशनं वश्यमाकर्षणं च
ह्येवं वा चेतनाप्ता प्रभवति निखिला खेचरत्वप्रतिष्ठा ॥१६॥

नाभीच्या मार्गातील वायू कुंभकरूपाने पसरला असताना, मूल—उड्डीयान–जालंधार हे बंधत्रय केलेले असताना आणि हृत्कमल शिथिल व जागृत असताना वायू झटकन् पकडला जातो. द्विपीठस्थ म्हणजे मूलाधारात व स्वधिष्ठानात राहणाऱ्या प्राणापान वायूंचे ऊर्ध्वाकर्षण

करून तो हृदयस्थ वायूशी संयुक्त केला की, वातगती व मनोगती यांचे शोषण होते अर्थात् या क्रियेमुळे मनोजय व वासनाजय साधतो आणि हाच वायू मूलाधारचक्रात, वृषणाखाली आणि आग्निस्थानी म्हणजे नाभिस्थानी कंप व क्षोभ उत्पन्न करतो. भ्रमयुक्त अशा स्थानी म्हणजे हृदयात हा वायू आला असता नाद उत्पन्न होतो, घाम येतो, अंगावर रोमांच उपस्थित होतात, काव्यशक्ती येते, परकाया प्रवेश करता येतो, वशीकरण व आकर्षण साधते आणि आकाशगमनादि सिद्धी या साधकाला सहज प्राप्त होऊ शकतात.

द्वे ब्रह्मणी वेदितव्ये शब्दब्रह्म परं च तत् ।
हृदये परमे धाम्नि मध्ये तु रविचन्द्रमाः ॥१७॥
नादं तु तं गृहीत्वा च चैतन्यं तत्र योजयेत् ।
द्वे ब्रह्मणी वेदितव्ये शब्दब्रह्म परं च तत् ॥१८॥
शब्दब्रह्मणि निष्णातः परं ब्रह्माधिगच्छति ।
अन्यत्सर्वं परित्यज्य शब्दब्रह्म सदाभ्यसेत् ॥१९॥

अर्थः— परब्रह्म व शब्दब्रह्म असे दोन प्रकारचे ब्रह्म आहे असे जाणावे. या दोन्ही प्रकारच्या ब्रह्मात शब्दब्रह्म हे श्रेष्ठ आहे. परमश्रेष्ठ हृदयात रवि-चंद्राच्या म्हणजे इडा–पिंगलेच्या मध्यावर ते शब्दब्रह्म आहे. या स्थानातील शब्दब्रह्माचे नादात्मक स्वरूप स्वीकारून म्हणजे येथून उत्पन्न होणाऱ्या अनाहतनादाचा आश्रय घेऊन अर्थात् या नादात मन लीन करून साधकाने त्या नादाला चैतन्याशी संयुक्त करावे. दोन्ही प्रकारच्या ब्रह्मात शब्दब्रह्म हे श्रेष्ठ आहे; कारण शब्दब्रह्मात निष्णात म्हणजे प्रवीण झालेल्या साधकास परब्रह्माची प्राप्ती होते. याकरिता अन्य सर्व गोष्टी सोडून देऊन शब्दब्रह्माचा नेहमी अभ्यास करावा.

विवरणः— या तीन श्लोकात शब्दब्रह्माचे स्थान, त्याचे नादात्मक स्वरूप व या नादात्मक स्वरूपाचा आश्रय केल्याने साधकाला होणारी फलप्राप्ती म्हणजे शब्दब्रह्माचा महिमा यांचा विचार केला आहे. येथे प्रथम शब्दब्रह्म म्हणजे काय हे पाहणे इष्ट ठरेल. शब्दब्रह्म म्हणजे कुण्डलिनी शक्ती होय. जरी "शब्दब्रह्मेति यद्वेदशास्त्रं वेदाख्यमुच्यत"

असे वार्तिककारांनी म्हणून स्थूलार्थाने शब्दब्रह्म म्हणजे वेद होत आणि "अनुविद्धमिवं ज्ञानं सर्वं शब्देन गृह्यते" असे भर्तृहरीने म्हणून सूक्ष्मार्थानें शब्दब्रह्म म्हणजे ज्ञान होय असे सांगितले असले; तरी "सा प्रसूते कुण्डलिनी शब्दब्रह्ममयी विभुरिति" असे शास्त्रकारांनी म्हटले असल्यामुळे परार्थाने शब्दब्रह्म म्हणजे कुण्डलिनी शक्ती होय. महायोगी गोरक्षनाथांनी परार्थानेच शब्दब्रह्म हा शब्द येथे वापरला आहे. शब्दब्रह्म म्हणजे कुण्डलिनी शक्ती होय व तिचे स्वरूप नादात्मक असल्यामुळे ती स्वसंवेद्य आहे हे सांगताना श्रीमदाद्यशंकराचार्यांनी "प्रपंचसारतंत्रात" असे म्हटले आहे की—

अन्तरान्तर्बहिश्चैव देहिनां देहपूरणीं ।
स्वसंवेद्यस्वरूपा सा दृश्या देशिकर्दाशितैः ॥१.२४॥

शब्दब्रह्मेति यत्प्रोक्तं तदुद्देशः प्रवर्त्यते ।
अतः परमवाच्यं हि स्वसंवेद्यः स्वरूपतः ॥६१॥

कुंडलिनी शक्ती ही सूक्ष्म व स्थूल देहात अंतर्बाह्य व्याप्त असून ती स्वसंवेद्यस्वरूप आहे. ज्यावेळी सद्गुरू शक्तिपात करतात तेव्हाच ती दृश्य अर्थात् जागृत म्हणजे अनाहतनादाचे स्वरूप धारण करते. हिलाच शब्दब्रह्म असे म्हणतात. (या शब्दब्रह्माच्या म्हणजे कुण्डलिनी शक्तीच्या अनाहतनादात्मक स्वरूपाचे उद्घाटन अनाहत चक्रापाशी होते. यामुळेच) ही शक्ती स्वसंवेद्यस्वरूप आहे.

"श्रीशारदातिलकतंत्रातही" कुण्डलिनी शक्ती ही शब्दब्रह्म-स्वरूपिणी कशी आहे, हे सांगताना असे म्हटले आहे की—

ततश्चैतन्यरूपा सा सर्वगा विश्वरूपिणी ।
शिवसन्निधिमासाद्य नित्यानन्दगुणोदया ॥१.५१॥
दिक्कालाद्यनवच्छिन्ना सर्ववेदार्थगा (देहानुगा) शुभा ।
परापरविभागेन परशक्तिरियं स्मृता ॥५२॥
योगिनां हृदयांऽभोजे नृत्यन्ति नित्यमञ्जसा ।
आधारे सर्वभूतानां स्फुरन्ती विद्युदाकृतिः ॥५३॥

शंखावर्तक्रमाद्देवी सर्वमावृत्य तिष्ठति ।
कुण्डलीभूतसर्पाणामंगश्रियमुपेयुषी ।।५४।।
सर्वदेवमयी देवी सर्वमंत्र(वर्ण)मयी शिवा ।
सर्वतत्त्वमयी साक्षात् सूक्ष्मात्सूक्ष्मतरा विभुः ।।५५।।
त्रिधामजननी देवी शब्दब्रह्मस्वरूपिणी ।
द्विचत्वारिंशद्वर्णात्मा पञ्चाशद्वर्णरूपिणी ।।५६।।

शरीरोत्पत्तीनंतर चैतन्यस्वरूपिणी शब्दब्रह्ममयी कुंडलिनी देवी सर्वत्र सामान्यरूपाने व्यापून, जगत्स्वरूपाने नटून, शिवाचे सान्निध्य मिळवून आणि सत्त्वादि त्रिगुणांचा उदय तिच्यामध्ये झाल्यामुळे जगत् उत्पन्न करते. या शक्तीला देश, काल व दिशा यांचा उपाधिसंबंध नाही. ही शक्ती जागृत अवस्थेत अनाहत नादाच्या रूपाने सर्व देहात व्यापून राहणारी आहे किंवा वेदांना व्यापून राहणारी आहे. (स्थूल किंवा जडावस्थेतही ती देहाला व्यापून असते; पण त्याची अनुभूती येत नाही व सर्व मंत्रादि किंवा वेदादि शास्त्रे तिच्यापासून प्रकट होत असल्याने ती अपौरुषेय आहेत हे पटत नाही.) स्थूल व सूक्ष्म भेदानें या कुंडलिनीला परशक्ती असे म्हटले जाते. ती रमणीय, शुभ व सुंदर आहे. ही शक्ती सद्गुरुकृपेनें समजणारी, त्यांच्या आज्ञेनेच जागृत होऊन योगीसाधकांच्या हृदयात नेहमी नृत्य करणारी, सर्व जंतूंच्या किंवा प्राणिमात्रांच्या मूलाधार चक्रात स्फुरण पावणारी व विजेसारखे तेजस्वी स्वरूप असलेली अशी आहे. ही शंखांतर्गत भोवऱ्याप्रमाणे सर्वावरण करून राहणारी किंवा सर्व भूतादि प्राणिमात्रांना आवृत करून राहणारी आहे. वेटोळे घालून बसलेल्या सर्पाच्या अंगकांतीप्रमाणे हिची कांती आहे. ही कुंडलिनी शक्ती सर्व देव, मंत्र व वर्णस्वरूप असून ती साक्षात् सर्व तत्त्वांचे स्वरूपच आहे. ही शक्तिदेवी सूक्ष्माहून सूक्ष्म किंवा निरतिशय सूक्ष्म असून व्यापकही आहे. ती कल्याण करणारी आहे. ही सूर्य, चंद्र व अग्निस्वरूपिणी किंवा सूर्यादितेजोजननी अथवा स्वर्ग, मृत्यू व पाताळ उत्पन्न करणारी आणि त्यांना व्यापणारी आहे. ही कुण्डलिनी शक्ती शब्दब्रह्मस्वरूपिणी आहे. ती अकारादि बावन्न वर्णांच्या रूपाची व पन्नास मातृकांच्या स्वरूपाची आहे.

"मातृकाचक्रविवेकाच्या प्रथम खण्डातील ९ व्या कारिकेच्या टीकेतही" शब्दब्रह्मात्मक कुण्डलिनी शक्तीचे स्वरूप स्पष्ट करताना असे म्हटले आहे की—

क्रियाशक्तिप्रधानायाः शब्दशब्दार्थकारणम् ।
प्रकृतेर्बिन्दुरूपिण्या शब्दब्रह्माभवत्पुरा ॥
प्रकाशो हि स्वस्वभावभूतं स्वात्मविश्रान्तं
पराप्रकृतिस्वातंत्र्यमायाऽविद्यादिशब्दैरागमिकैर्व्यवह्रीयमाणं
जगद्बीजभूतं विमर्शम् इत्यादि ।

क्रियाशक्ती हीं प्रधान असून तीच शब्द व शब्दार्थाला कारण आहे. हिलाच प्रकृती म्हणतात. ही बिंदुरूप आहे. शब्दब्रह्म हेच हिचे स्वरूप आहे. हीच शिवाचा प्रकाश आहे. ती शिवाशी एकरूप आहे. त्याच्याच ठिकाणी ती विश्रांती घेते. हिलाच पराप्रकृती व स्वातंत्र्य म्हणतात. माया, अविद्या इत्यादि शब्दांनी अगर नावांनी ती आगमशास्त्रात प्रसिद्ध आहे. ही शक्तीच बीज आहे. तीच विमर्श होय.

आता शब्दब्रह्माच्या स्थानाचा विचार करू. इडा—पिंगलेच्या मध्यावर हृदयात शब्दब्रह्माचे स्थान आहे असे वरील श्लोकात महायोगी गोरक्षनाथांनी सांगितले आहे. "परापरिमलोल्लास" ग्रंथामध्ये अनाहतचक्र हेच शब्दब्रह्माचे स्थान आहे हे सांगताना असे म्हटले आहे की—

शब्दब्रह्मेति तं प्राह साक्षाद्देवः सदाशिवः ।
अनाहतेषु चक्रेषु स शब्दः परिकीर्त्यते ॥

ज्याला शब्दब्रह्म म्हणतात तो साक्षात् सदाशिव देवच आहे. हे शब्दब्रह्म अनाहतनादाच्या रूपाने अनाहतचक्रामध्ये आहे.

वास्तविकरीतीने या अनाहत नादालाच शब्दब्रह्म म्हणतात. "शिवपुराणान्तर्गत उमासंहितेत" "अनाहतमनुच्चार्यं शब्दब्रह्म परं शिवम् ।" असे म्हटले आहे. कोणत्याही आघाताशिवाय व उच्चाराशिवाय जो शब्द किंवा ध्वनी स्वतःला ऐकू येतो त्याला मंगलदायक

शब्दब्रह्म म्हणतात. या शब्दब्रह्माचा आश्रय करावयाचा म्हणजे काय करावयाचे हे पाहू. नादानुसंधानात मन लीन करून शब्दब्रह्माचे उल्लंघन करणे किंवा त्याचा भेद करून शिवाशी समरस होणें यालाच शब्दब्रह्माचा आश्रय घेणे असे म्हणतात. हे साधनरहस्य आहे. ते प्रकट करतानाच महायोगी गोरक्षनाथांनी "शब्दब्रह्मणि निष्णातः परं ब्रह्माधिगच्छति" असे म्हणून कुण्डलिनी शक्ती सद्गुरुकृपेने म्हणजे शक्तिपाताने अर्थात् शक्तिसंक्रमणाने जागृत होऊन पिंडब्रह्मांडाची संहारणी करणारे किंवा जडचेतनभेदप्रक्रिया पूर्ण करून साधकाला अंतिम सामरस्याची सिद्धी प्राप्त करून देणारे आणि अनाहतनादाच्या रूपाने उपस्थित होणारे अंतरंग साधन कथन केले आहे. "जिज्ञासुरपि योगस्य शब्दब्रह्मातिवर्तते ॥६.४४॥" असे म्हणून श्रीगोपालकृष्णनाथांनी श्रीमद्भगवद्गीतेत शब्दभेदाने उपरोक्त साधनरहस्याचेच उद्घाटन केले आहे. श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनी या साधनरहस्याचे "ज्ञानेश्वरीत" जे वर्णन केले आहे ते पाहिले म्हणजे महायोगी गोरक्षनाथ व श्रीगोपालकृष्णनाथ यांनी सिद्धान्तरूपाने मांडलेल्या रहस्याचा भेद होईल. ते असे म्हणतात की—

हें असो ते कुंडलिनी बाळी । हृदयाआंतु आली ।
अनुहताची बोली । चावळे ते ॥६.२७४॥

शक्तीच्यिा आंगा लागलें । बुद्धीचें चेतन्य होतें जाहलें ।
तें तेणें आइकिलें । अळुमाळु ॥२७५॥

घोषाच्या कुंडीं । नादचित्रांचीं रूपडीं ।
प्रणवाचिया मोडी । रेखलीं ऐसीं ॥२७६॥

हेंचि कल्पावें तरी जाणिजे । परी कल्पितें कैंचें आणिजे ।
तरी नेणों काय गाजे । तिये ठायीं ॥२७७॥

विसरोनि गेलों अर्जुना । जंव नाशु नाहीं पवना ।
तंव वाचा आथी गगना । म्हणौनि घुमे ॥२७८॥

तया अनाहताचेनि मेघें । आकाश दुमदुमों लागे ।
तंव ब्रह्मस्थानींचें बेगें । सहज फिटे ॥२७९॥

कुंडलिनी शक्ती जागृत झाल्यावर ती सुषुम्नामार्गाने हृदयापर्यन्त म्हणजे अनाहत चक्रापर्यंन्त आली की, अनाहत ध्वनी सुरू होतो. शक्तीबरोबर येथपर्यंन्त आलेल्या जड बुद्धीचे चैतन्यात रूपान्तर होऊन ती हा ध्वनी हळूहळू ऐकू लागते. त्यावेळी नाडीशुद्धी होऊन सबंध शरीरच घोषाचे कुंड बनते आणि घंटा, वेणू, वीणा, भुंगें, समुद्र, मेघ, नगारा, धबधबे, झांजा, पखवाज, मृदंग यांच्या विविध नादांची चित्रे ॐकाराच्या आकाराने रेखलेली साधकाच्या अंत:चक्षूंपुढे दिसू लागतात. (हे परमात्म्याचे खरे रूप पाहणे होय. या अनाहत नादरूपी नामाला व प्रकाशात्मक ॐकाररूपी रूपाला ओलांडून जेव्हा साधक पुढे जातो तेव्हाच खरा तो या संसार व कालचक्रातून मुक्त होतो.) हे नामरूप नुसत्या कल्पनेने जाणावे असे म्हटलें; तरी प्रत्यक्ष अनुभूतीशिवाय कल्पित मनाला आपल्या कल्पनेंने ही अनुभूती कशी प्राप्त करून घेता येईल ? नुसत्या कल्पनेने हे कधीही साध्य होणे शक्य नाही. अशा वेळी या हृदयाकाशात कसली कसली गर्जना होते हे काही समजत नाही; पण त्याची अनुभूती मात्र येते. जोपर्यंन्त प्राणापानादि वायूंचा नाश होत नाही तोपर्यंन्त हृदयाकाशात शब्द असतो व म्हणूनच तेथे अनाहतध्वनी घुमत असतो. या अनाहतनादरूपी मेघाच्या गर्जनेने हृदयाकाश दुमदुमायला लागते. त्यामुळे कुंडलिनी शक्ती अनाहत व विशुद्धचक्र ओलांडून जेव्हा आज्ञाचक्रापाशी येते तेव्हा ती ब्रह्मस्थानाला जाण्याची आज्ञाचक्ररूपी खिडकी सहजच उघडते. (आज्ञाचक्रावर मस्तकात टोकाला सहस्रारचक्र असून ते कमळाच्या पोकळीतील आकाराप्रमाणे आहे. यालाच दुसरे महदाकाश म्हणतात. तेथेंच चैतन्य अर्धातुर अवस्थेत शक्तीच्या मीलनाची वाट पाहत निरालंबपणे वास करीत असते. ज्यावेळी शक्तीचे शिवाशी मीलन होऊन सामरस्य होते तेव्हा शब्दब्रह्माचा भेद होऊन साधक परब्रह्मस्वरूप होतो.)

महायोगी गोरक्षनाथांनी "गोरखबानीमध्ये" नादानुसंधानरूपी शब्दब्रह्माचा म्हणजेच प्रणवरूपी ॐकाराच्या अंतर्गत नामस्मणाच्या आधाराने "शब्दब्रह्मणि निष्णातः परं ब्रह्माधिगच्छति" हे कसे घडते ते सांगताना असे म्हटले आहे की–

वेद कतेबनि षांणीं बांणीं । सब ढंकी तलि आंणीं ।
गगनि सिषर महि सबद प्रकास्या । तहं बूझै अलख बिनांणीं ॥४॥
सारमसारं गहन गंभीरं गगन उछलिया नादं ।
मानिक माया फेरि लुंकाया झूठा बाद–बिबादं ॥१२॥

परब्रह्माचे योग्य असे वर्णन किंवा विवेचन वेद, धार्मिक ग्रंथ आणि परा-पश्यन्ती-मध्यमा व वैखरी या चतुर्विध वाणींपैकी कोणीच करू शकले नाही. उलट या सर्वांनी मुळातच आच्छादित असलेल्या या तत्त्वाला आणखीनच झाकून टाकून खाली आणले आहे. त्यांनी सत्य प्रकट करण्याऐवजी उलट परब्रह्मतत्त्वावर अधिकच आवरण घातले आहे. हे साधका ! जर तुला ब्रह्मतत्त्वाच्या यथार्थ स्वरूपाचे ज्ञान व्हावे असे वाटत असेल व तेच तुला अभीष्ट असेल; तर गगन शिखरात म्हणजे ब्रह्मरंध्रात जो शब्द सदाशिवरूपाने प्रकाशित होतो त्याचे अनुसंधान करून व मन तेथे लीन करून अलक्ष्य ज्ञानाची म्हणजे परब्रह्मतत्त्वाची प्राप्ती करून घे. साधन करता करता जेव्हा प्राणवायू किंवा प्राणशक्ती कुंडलिनी ब्रह्मरंध्रात पोहोचण्यासाठी सुषुम्नापथ आक्रमू लागते तेव्हा अनाहत नाद ऐकू येतो. ही गोष्ट साराचेही सार व गंभीराहून गंभीर साधन-रहस्य आहे असे समजावे. यामुळे ब्रह्मानुभूतिरूपी माणिक हाती लागते; परंतु या साधनाने प्राप्त होणारे हे माणिक जगाच्या दृष्टीने लपूनच राहिले आहे. सर्व सामान्य लोकांना याची महती कळत नाही. एखादा विरळाच भाग्यवंत " प्रणव वाचक श्वासोच्छ्वास । तोचि तारक उपदेश । परि हे गुरुकृपेचे देणे । विरळा भाग्यवन्त जाणे ॥ " हे जाणतो. ब्रह्म हे स्वसंवेद्य आहे. ते शब्दांनी कोणाला वर्णन करून सांगता येत नाही. साधकाला ही अनुभूती एकदा आली की, सर्व वाद-विवाद खोटा आहे, हे त्याच्या लक्षात येते. फक्त अनुभूतीच खरी आहे अशी त्याची खात्री पटते. हाच नादानुसंधानाचा म्हणजे शब्दब्रह्मात निष्णात होऊन परब्रह्माशी एकरूप होण्याचा मार्ग आहे. श्रीमदाद्य-शंकराचार्यांनी " योगतारावली " या प्रकरण ग्रंथात पिंडब्रह्माण्डाच्या संहारणीमुळे मन व प्राण विष्णुपदी कसे लीन होतात हे नादानुसंधानाचा

म्हणजे अनाहतनादाचा अर्थात् ॐकाररूपी शब्दब्रह्माचा अपरंपार महिमा ग्रंथाच्या सुरवातीलाच कथन करून स्पष्ट केले आहे. या दृष्टींनेच त्यांनी असे म्हटले आहे की-

सदाशिवोक्तानि सपादलक्ष लयावधानानि वसन्ति लोके ।
नादानुसन्धानसमाधिमेकं मन्यामहे मान्यतमं लयानाम् ।। २ ।।
नादानुसन्धान नमोस्तु तुभ्यं त्वां साधनं तत्त्वपदस्य मन्ये ।
भवत्प्रसादात् पवनेन साकं विलीयते विष्णुपदे मनो मे ।। ४ ।।

मनोलय घडवून आणणारी शंकरांनी सांगितलेली सव्वालक्ष प्रकारची साधने जगात आहेत. त्या सर्वात अनाहतनादाच्या अनुसंधानानें प्राप्त होणारी समाधी किंवा लय हाच मला अत्यन्त योग्य किंवा श्रेष्ठ वाटतो. हे नादानुसंधानाच्या साधना ! तुला माझा नमस्कार असो. 'ते ब्रह्म तूच आहेस' असा ब्रह्मात्मभावाचा अनुभव प्राप्त करून घेण्याचे तूच साधन आहेस असे मी समजतो. तुझ्या प्रसादाने माझे मन प्राणासमवेत विष्णुपदी लीन होते.

"योगशिखोपनिषदाच्या" दुसऱ्या व तिसऱ्या अध्यायात अनाहतनाद म्हणजे काय ? शरीरात तो कोठे उत्पन्न होतो ? आणि त्याचे फल अर्थात् महिमा काय आहे ? याचे सुंदर वर्णन आले आहे. ऋषी म्हणतात की-

नास्ति नादात् परो मंत्रो नदेवः स्वात्मनः परः ।। २.२० ।।
नानुसंधेः परा पूजा न तृप्तेः परं सुखम् ।।२ २१ ।।
यन्नमस्यं चिदाख्यातं यत्सिद्धीनां च कारणम् ।
येन विज्ञातमात्रेण जन्मबन्धात्प्रमुच्यते ।।३.१ ।।
अक्षरं परमो नादः शब्दब्रह्मेति कथ्यते ।
मूलाधारगता शक्तिः स्वाधारा बिन्दुरूपिणी ।। २ ।।
तस्यामुत्पद्यते नादः सूक्ष्मबीजादिवाङ्कुरः ।
तां पश्यन्तीं विदुर्विश्वं यया पश्यन्ति योगिनः ।। ३ ।।
हृदये व्यज्यते घोषो गर्जत्पर्जन्यसन्निभः ।
तत्र स्थिता सुरेशान मध्यमेत्यभिधीयते ।। ४ ।।
प्राणेन च स्वराख्येन प्रथिता वैखरी पुनः ।
शाखापल्लवरूपेण ताल्वादिस्थानघट्टनात् ।। ५ ।।

नादासारखा श्रेष्ठ मंत्र नाही. आत्म्यासारखा श्रेष्ठ देव (प्रकाशक) नाही. नादानुसंधनासारखी दुसरी श्रेष्ठ पूजा नाहीं आणि या साधनाने तृप्त होण्यापलीकडे दुसरे सुख नाही. अत्यन्त श्रेष्ठ अशा अनाहत नादालाच चित् किंवा चैतन्य अशी संज्ञा आहे. तो नादच सर्व सिद्धी देणारा आहे. त्यालाच नमस्कार करणे योग्य आहे. या नादाच्या किंवा ध्वनीच्या केवळ ज्ञानानेच मनुष्यप्राणी जन्मबन्धनापासून मुक्त होतो हा नाद अक्षर म्हणजे नाश न पावणारा आहे. यालाच शब्दब्रह्म असे म्हणतात. मूलाधाराच्या ठिकाणी बिंदुरूपिणी अशी स्वतःचाच स्वतःला आधार असलेली म्हणजे दुसऱ्या कोणाचाही जिला आधार नाही, अशी कुंडलिनी शक्ती आहे. (या मूलाधारस्थ कुंडलिनी शक्तीलाच 'परावाणी' असे म्हणतात. हीच परानादाची तुरीया अवस्था होय.) सूक्ष्म बीजापासून जशी अंकुरोत्पत्ती होते, त्याप्रमाणे तिच्या ठिकाणी नाद उत्पन्न होतो. योगिलोकात त्याला " पश्यन्ती " या नावाने ओळखतात. योगिलोक या नादाच्या द्वारा नादाच्या विश्व-अवस्थेचे किंवा नादापासून उत्पन्न होणाऱ्या विश्वाचे दर्शन घेतात. जो नाद हृदयात व्यक्त होतो व गर्जना करणाऱ्या मेघासारखा अगर पर्जन्यासारखा असतो, त्या नादाच्या हृदयस्थ अवस्थेला "मध्यमा" असे म्हणतात. प्राणवायूमुळे कंठातून जो ध्वनी उत्पन्न होतो, त्याला "वैखरी" अशी संज्ञा आहे.

म. म. श्रीगोपीनाथ कविराज यांनी "भारतीय संस्कृती और साधना" खण्ड एक, या ग्रंथातील "ॐकार-साधन" या लेखात शब्दब्रह्म म्हणजे काय, त्याचे अतिक्रमण करणे किती आवश्यक आहे, ते कसे होते व त्याची फलप्राप्ती अगर महिमा काय आहे हे सांगताना असे म्हटले आहे की—

" शास्त्रावरून असे कळून येते की, ब्रह्म एक अखंड व अद्वैतरूप असूनही परब्रह्म व शब्दब्रह्म या दोन विभागात ते कल्पित केले जाते. शब्दब्रह्माला उत्तम प्रकारे जाणल्यामुळेच परब्रह्माची प्राप्ती होते. या अर्थानेच "शब्दब्रह्मणि निष्णातः परं ब्रह्माधिगच्छति" असे शास्त्रकारांनी म्हटले आहे.

शब्दब्रह्माचे स्वरूप जाणणे व ते जाणून त्याचे अतिक्रमण करणे हे मुमुक्षूचे एकमात्र लक्ष्य आहे. त्याचे अतिक्रमण केल्याशिवाय विशुद्ध परमतत्त्वरूप चैतन्याचा साक्षात्कार होणे कधीही शक्य नाही.

प्रणवाला किंवा ॐकारालाच शब्दब्रह्म म्हणतात. उपनिषदे, शाक्त-शैवागम आणि योगशास्त्र इत्यादि ठिकाणी असे लिहिले आहे की, प्रणवाचे ज्ञान उत्तम प्रकारे करून घेणे आवश्यक आहे; कारण प्रणव हा परब्रह्माशी एकरूप असून तोच परब्रह्मप्राप्तीचा एकमात्र उपाय आहे. ॐकारात मात्रा आहेत व त्याचे अमात्रक म्हणजे मात्राहीन असे शुद्धरूपही आहे. त्याचे मात्रायुक्त अवस्थेचे एक शुद्ध व एक अशुद्ध असे दोन भेद आहेत. त्याच्या मात्रायुक्त शुद्धरूपाचा परिचय योग्यांनाच होतो. ॐकाराची अमात्रक अवस्था अप्रमेय व अखंड आहे. त्याच्या आदि-अंताचा निर्णय होऊ शकत नाही.

शब्दब्रह्माचे अर्थात् भेददृष्टीचे म्हणजे विकल्पमयी पिंडब्रह्मांड-रूपी सृष्टीचे उल्लंघन करून शुद्ध बोधात्मक स्वात्मस्थितीमध्ये प्रवेश करणे हे योग्यांचे सर्वश्रेष्ठ ध्येय आहे. या ध्येयप्राप्तीसाठी पुष्कळ उपाय आहेत; परन्तु सर्वात सरळ व सोपा उपाय नादानुसन्धान हाच मानला जातो. हा नाद म्हणजे दुसरे तिसरे काहीही नसून सर्व वर्णांच्या समष्टी भावोत्पत्तीनंतर व अष्टवर्गीय शक्तींच्या एकीकरणानन्तर होणारे अभिन्नरूपाचे स्फुरण आहे. मंत्रशास्त्रात ज्याला मंत्रचैतन्य म्हणतात तोही वस्तुतः या प्राणमय नादशक्तीचा आविर्भावच आहे. (ज्यावेळी सद्गुरू शिष्यावर शक्तिपात करतात त्यावेळी अनादि आत्मसत्तारूप कुंडलिनी शक्ती जागृत होऊन नाडीशुद्धी झाली की, आतूनच नाद प्रस्फुटित होऊन साधकाचे नादानुसंधानाचे साधन सुरू होते. " जयां सद्गुरु तारूं फुडें। जे अनुभवाचे कासे गाढे। जयां आत्मनिवेदन-तरांडे। आकळले ॥ ७.९८ ॥ असे म्हणून ज्ञानेश्वरीत श्रीज्ञानेश्वर-महाराजांनी याचे वर्णन केले आहे.) शास्त्रात असे म्हटले आहे की, सर्व मंत्रांची परमा प्रकृती प्रणव किंवा ॐकारच आहे. या प्रणवात अकार, उकार, मकार, बिन्दू, अर्धचन्द्र निरोधिका, नाद, नादान्त, शक्ती, व्यापिनी, समना व उन्मना एवढे अंश आहेत.

वाच्याचा म्हणजे अर्थाचा बोधक जो वाचक त्याच्या महासमष्टी-रूपापासून उपस्थित झालेच्या एकीभूत स्थितीचे नाव नाद असे आहे. ज्याप्रमाणे बिन्दुरूप ज्योतीमध्ये इच्छेनुसार अर्थाचा साक्षात्कार होतो; कारण की, त्यात सर्व अर्थ-समष्टी स्थित आहे, त्याचप्रमाणे नादात सर्व विश्वाचा, अनंत वाचकांचा व अनंत मंत्रांचा साक्षात्कार होतो. यामुळे कोणताही मंत्र चेतन झाल्यावर तो नादाच्या अवस्थेत परिणत होतो. म्हणून बिन्दू आणि नाद जगताच्या अनन्त वाच्य व वाचकांच्या एकीभूत समष्टीचे द्योतक आहेत. योगिलोक असे म्हणतात कीं, याचेही अतिक्रमण केले पाहिजे. बिन्दूचा अनुभव भ्रूमध्याच्या ऊर्ध्वभागी होतो आणि त्याच्याही वरील ऊर्ध्वभागात ब्रह्मरन्ध्राच्या अन्तिम सीमेपर्यंत नादाचा अनुभव येत राहतो. नादान्ताचा भेद झाल्यावर स्थूलदृष्टीनें देहाचा भेद होतो. यासाठी नादाचे अवलम्बन करून नादाच्या अन्ता-पर्यन्त पोहोचले पाहिजे. नादाचा अन्त झाल्याशिवाय देहात्मबोध छिन्नभिन्न होऊ शकत नाही."

सारांश, जोपर्यन्त नामरूपी नादाचा व प्रकाशरूपी स्वरूपाचा भेद होऊन उन्मनी पदाची प्राप्ती होत नाही, तोपर्यन्त मन विरत नाही. त्याचे राज्य चालूच असते. हे मनाचे राज्य शक्ती जागृत होऊन अनाहतनाद सुरू झाला की, त्यात विरून जाते. शेवटी हेच खरे आहे की, मुळात परमेश्वराच्या अनुग्रहरूप चित्‌शक्तीचा केवळ व्यापारच आहे; कारण की शक्तिपाताशिवाय शब्दब्रह्माच्या लंघनाचे कार्य कधीही पूर्ण होऊ शकत नाही.

स्वसंवेद्यमसंवेद्यं शब्दब्रह्म द्विधा स्थितम् ।
चिनोति प्रथमः शब्दश्चिञ्चिनोति द्वितीयकः ॥२०॥
चिवरश्च तृतीयः स्याच्छङ्खशब्दश्चतुर्थकः ।
पञ्चमो मेघनिर्घोषः षष्ठमेतदुदीरणम् ॥२१॥
सप्तमं कांस्यतालाख्यं मेघशब्दस्तथाष्टमम् ।
नवमोऽप्यग्निदाहश्च दशमो दुन्दुभिस्वनः ॥२२॥
अनाहतनिनादोऽयं पवनान्तर्विनिर्गतः ।
ध्वनितेन विना यस्तु नादश्चैवमपण्डितः ॥२३॥

शब्दब्रह्म हे दोन प्रकारचे आहे. स्वतःला ज्ञात होणारे किंवा जाणविणारे एक शब्दब्रह्म असून स्वतःला अज्ञात असणारे म्हणजे न कळणारे किंवा न जाणविणारे असे दुसरे शब्दब्रह्म आहे. (नाडीशुद्धी होऊन अनाहत ध्वनी सुरू झाला की, पुढील नाद क्रमाक्रमाने साधकाला ऐकू येऊ लागतात.) पहिला 'चिण्' असा शब्द अर्थात् ध्वनी ऐकू येतो. त्यानंतर क्रमाक्रमाने म्हणजे दुसरा ध्वनी 'चिण्‌चिण्,' तिसरा 'विवर' म्हणजे पोकळीतून उत्पन्न होणारा वेणू इत्यादींसारखा, चौथा शंखध्वनी सारखा नाद, पाचवा मेघासारखा घोष, सहावा मेघाचाच; पण थोडा दीर्घध्वनी, सातवा काशाच्या टाळासारखा, आठवा मेघ-शब्दाप्रमाणेच, नववा पेटलेल्या अग्निसारखा 'भुगभुग' आणि दहावा नगाऱ्यासारखा ध्वनी साधकाला ऐकू येतो. वायूच्या (श्वासाच्या) अखेरीस होणारा अनाहत नाद होय. यात शब्दोत्पत्ती नाही आणि हा नाद सर्वांना कळणारा किंवा ऐकू येणारा नाही.

चिनोति रसमुद्धृत्य चिञ्चिनोति भगाश्रितम् ।
विरसांशेन सम्प्राप्तं मेघशब्देन चाविशेत् ॥२४॥
मज्जां पतति निर्घोषः संस्थितोदधिभीषणः ।
कांस्यताले नभःशब्दः प्राणमेघध्वनिः क्रमात् ॥२५॥
जीवश्चैवाग्निदाहः स्यान्मोक्षः समरसो भवेत् ।
विशुद्धमित्थमात्मानं पश्येत चात्मनात्मनि ॥२६॥

रसधातूमुळे अर्थात् शरीरात तो सर्वत्र सम अवस्थेत पसरल्यामुळे व त्याच्या शुद्ध अवस्थेमुळे 'चिण्' शब्द अर्थात् नाद उत्पन्न होतो. भगाश्रित रक्तधातूमुळे किंवा अपानवायूमुळे 'चिण् चिण्' ध्वनी साधकाला ऐकू येतो. सान्द्र म्हणजे मऊ किंवा स्निग्ध अशा मांसादि धातुगतवायूपासून मेघाच्या गर्जनेसारखा ध्वनी साधकाच्या शरीरात उत्पन्न होतो. मज्जांमधील वायूमुळे अर्थात् मज्जा किंवा नाड्या शुद्ध झाल्या म्हणजें मज्जास्थ वायूची वक्रगती अर्थात् बहिर्गती, संसारगती किंवा वासनेकडे ओढ घेणारी गती संपली की, समुद्रासारखा गंभीर अनाहत ध्वनी साधकाला ऐकू येऊ लागतो. या नाडीशुद्धीमुळेच कांस्य-

ध्वनी म्हणजे टाळाचा नाद, आकाशातील नाद, आणि प्राणाला विक्षुब्ध करणारा मेघासारखा गंभीर ध्वनी क्रमाक्रमाने साधकाला ऐकू येतो. जीवात्म्यामुळे अर्थात् जीवाच्या शुद्धीमुळे 'भुग्भुग्' असा अनाहत नाद साधकाला ऐकू येतो. या अनाहत नादाशी साधकाची समरसता झाली की, ही समरसता किंवा सामरस्यावस्थाच साधकाला मोक्ष प्राप्ती करून देणारी आहे असे समजावे. या रीतीने म्हणजे या अनाहत नादाच्या साधनाने आत्मशुद्धी झाली की, आत्म्यानेच आत्म्याला पाहावे.

प्रथमे जनवात्सल्यं द्वितीये रोगनाशनम् ।
तृतीयेन कवित्वं च दूराकर्षं चतुर्थके ॥२७॥
पञ्चमे वाचि कामित्वं षष्ठे भूमिं परित्यजेत् ।
सप्तमे दूरमालोक्य चाष्टमे वज्रवद्भवेत् ॥२८॥
नवमे स्फुरते कायो दशमे सामरस्यकम् ।
पृथ्वीमध्ये भवेत्पृथ्वी चापामापस्तथैव च ॥२९॥
तेजोमध्ये भवेत्तेजो वायुर्वायौ प्रलीयते ।
आकाशे लीयते सर्वः सतत्त्वः पिण्डसंग्रहः ॥३०॥
अनाहतो दिवारात्रौ ध्वनते तु धनञ्जयः ।
तत्रारूढो यदा योगी प्राप्नुयात्परमं पदम् ॥३१॥

अर्थः– (शरीरशुद्धीमुळे किंवा नाडीशुद्धीमुळे शरीरात उपस्थित झालेल्या दशविध अनाहतनादात मन जसेजसे स्थिर किंवा लीन होत जाईल तशीतशी साधकाला पुढील फले क्रमाक्रमानें प्राप्त होतील.)

प्रथम नादात मन समरस किंवा लीन होऊ लागले की, लोकप्रियता मिळते. द्वितीय नादात मन लीन झाले की, रोगाचा नाश होतो. तृतीय नादात मन समरस झाले की, काव्यरचनाकौशल्य साधकाला प्राप्त होते. चतुर्थ नादात मन लीन झाले की, दूर असलेल्या वस्तूचे आकर्षण करण्याची सिद्धी प्राप्त होते. पाचव्या नादात मन लीन झाले की, साधकाला वाक्सिद्धी प्राप्त होते. सहाव्या नादात मन समरस केले की, भूमित्याग म्हणजे खेचरत्व किंवा आकाशगामित्व ही सिद्धी मिळते.

सातव्यात प्राण, चित्त, मन किंवा वायू लीन अगर समरस झाल्यास दूरदर्शनसिद्धी साधकाला प्राप्त होते. आठव्या नादात मन लीन झाले की, साधकाला वज्रदेहित्व किंवा शरीरदृढत्वसिद्धी प्राप्त होते. नवव्या नादात मनःप्राणचित्तवायूलयाने देहस्फुरण किंवा परकायाप्रवेशादि दैहिक सिद्धी साधकाला प्राप्त होते व दहाव्या नादात मनोलय झाला की, सामरस्य-सिद्धी किंवा आत्मसमरसतासिद्धी प्राप्त होते. पृथ्वीतत्त्वामध्ये पार्थिवांश, जलतत्त्वात जलांश, तेजतत्त्वात तैजसांश, वायुतत्त्वात वायवीयांश आणि आकाशतत्त्वात शर्व शरीरातील सत्तत्त्वांश लीन होऊन म्हणजे क्रमा-क्रमाने ही तत्त्वे एकमेकात लीन होऊन सामरस्य सिद्ध होते. अर्थात् या अवस्थेत सर्व पिण्ड म्हणजे देह लीन होतो. मात्र धनंजय नामक वायू रात्रंदिवस अनाहतनादाच्या रूपाने चालूच असतो. ज्यावेळी या नादात मन पूर्णपणे लीन किंवा समरस होऊन साधक स्थिर होतो त्यावेळी त्याला परमपदाची प्राप्ती होते.

विवरण :–महायोगी गोरक्षनाथांनी येथे दशविध नादात मन क्रमा-क्रमाने स्थिर किंवा लीन होत गेले की, कोणकोणती फलप्राप्ती होते हे कथन केले आहे. "हंसोपनिषदात" हे दशविध नाद कोणते आहेत व त्यांची फले कोणती मिळतात हे कथन करताना असे म्हटले आहे की-

चिणीति प्रथमः । चिञ्चिणीति द्वितीयः ।
घण्टानादस्तृतीयः । शङ्खनादश्चतुर्थम् ।
पञ्चमस्तन्त्रीनादः । षठस्तालनादः ।
सप्तमो वेणुनादः । अष्टमो मृदङ्गनादः ।
नवमो भेरीनादः । दशमो मेघनादः ।
नवमं परित्यज्य दशममेवाभ्यसेत् ।
प्रथमे चिञ्चिणीगात्रं द्वितीये गात्रभञ्जनम् ।
तृतीये स्वेदनं याती चतुर्थे कम्पते शिरः ॥
पञ्चमे स्रवते तालु षष्ठेऽमृतनिषेवणम् ।
सप्तमे गूढाविज्ञान परा वाचा तथाऽष्टमे ॥
अदृश्यं नवमे देहं दिव्यं चक्षुस्तथामलम् ।
दशमं परमं ब्रह्म भवेद्ब्रह्मात्मसंनिधौ ॥

तस्मिन्मनो विलीयते मनसि संकल्पविकल्पे दग्धे पुण्यपापे सदाशिवः शक्त्यात्मा सर्वत्रावस्थितः स्वयंज्योतिः शुद्धो बुद्धो नित्यो निरञ्जनः शान्तः प्रकाशत इति ॥

साधकाला साधनात प्रथम चिण्, दुसरा चिञ्चिण, तिसरा घण्टेचा, चौथा शंखाचा, पाचवा वीणेचा, सहावा टाळाचा, सातवा वेणूचा, आठवा मृदंगाचा, नववा भेरीचा व दहावा मेघाचा असे दहा नाद क्रमाक्रमाने ऐकू येतात. यातील पहिल्या नऊ नादांचा त्याग करून दहाव्या नादाचा अभ्यास केला पाहिजे म्हणजे मेघनादात मन लीन केले पाहिजे. जेव्हा प्रथम चिण् हा अनाहत नाद प्रकट होतो तेव्हा शरीरात झणझण असे होते. दुसऱ्या नादाने शरीरातील गात्रे तुटू लागतात. तिसऱ्या नादाने घाम येतो. चवथ्या नादाने मस्तक कंप पावू लागते. पाचव्या नादाने टाळूतून अमृत पाझरू लागते. सहाव्या नादाने अमृताचा वर्षाव होऊ लागतो. सातव्या नादाने गूढ अर्थात् अज्ञात विज्ञानाचे ज्ञान होते. आठव्या नादाने परावाक्सिद्धी प्राप्त होते. नवव्या नादाने अदृश्य होण्याची सिद्धी, दिव्यदृष्टीची प्राप्ती आणि शरीर सौंदर्याची प्राप्ती होते. दहाव्या नादाने परब्रह्माचे ज्ञान होऊन साधक त्याच्याशी एकरूप होतो अर्थात् त्याला ब्रह्मसाक्षात्कार होतो. त्यावेळी मन हंसस्वरूपात विलीन होते. मनातील संकल्पविकल्पांचा लय होतो आणि सर्व प्रकारच्या पुण्यपापांचा नाश होतो. त्यावेळी शक्तिस्वरूप, सर्वत्र भरून राहिलेला किंवा सर्व-व्यापक, स्वयंजोती, शुद्ध, बुद्ध, नित्य, निरंजन आणि शान्त असा सदाशिव सर्वत्र प्रकाशित होतो.

अयं प्रकृतिभेदः

हा प्रकृतिविचार व भेद पाहाः—

पृथ्वी आपः तेजः वायुः आकाशश्च–इति शरीरे पञ्च गुणाः महाभूतानि भवन्ति, तत्रैव तानि पञ्चविधानि भवन्ति ।

या देहात पृथ्वी, आप, तेज, वायू व आकाश ही पंचगुणांनी म्हणजे गंध, रस, रूप, स्पर्श व शब्द यांनी युक्त अशी पंचमहाभूते आहेत. शरीरातच ही भूते पाच प्रकारांनी विभक्त होतात.

अस्थि मांसं त्वक् नाडी रोमाणि इति पञ्चगुणा पृथिवी ।

हाडे, मांस, त्वचा, नाड्या व केस हे पृथ्वीरूपी महाभूतांचे पाच वस्तुरूप गुण आहेत.

लालामूत्रास्रुनिःस्वेदप्रस्वेदाः-इति पञ्चगुणा आपः ।

लाळ, मूत्र, अश्रू, निःस्वेद म्हणजे श्रमोत्पन्न घाम आणि प्रस्वेद म्हणजे विनायास किंवा भयादिकाने येणारा घाम हे जलाचे पाच गुण आहेत.

क्षुधा तृष्णा निद्रा आलस्यं कान्तिश्च—इति पंचगुणं तेजः ।

भूक, तहान, झोप, आळस व कान्ती हे तेजाचे पाच गुण आहेत.

धावनं वल्गनम् आकुञ्चनं प्रसारणं निरोधश्च-इति पञ्चगुणो वायुः।

धावणे, लांब किंवा उंच उड्या मारणे, आकुंचन, प्रसारण व निरोध हे वायूचे पाच गुण आहेत.

रागो द्वेषो लज्जा भयं मोहश्च-इति पञ्चगुण आकाशः— इति पञ्चगुणालङ्कृतानि पञ्चतत्त्वानि ।

प्रेम, द्वेष, लज्जा, भय व मोह हे आकाशाचे पाच गुण आहेत. अशी पाच पाच गुणांनी शोभणारी ही पंचतत्त्वे किंवा पंचमहाभूते आहेत.

शब्दः स्पर्शः रसः रूपं गन्धश्च—इति पञ्च भूतगुणाः ।

शब्द, स्पर्श, रस, रूप व गंध हे आकाश, वायू, आप, तेज व पृथ्वी या पंचमहाभूतांचे पाच गुण आहेत.

शृङ्गारादिनवनाट्यरसाः इति हास्यादिभावाः शृङ्गारादीनाम् ।

रौद्र, अद्भुत, शृंगार, हास्य, वीर, दया, भयानक, बीभत्स व शांत हे नऊ रस, हास्यादि नानाविध भाव आणि शृंगारादि विविध गोष्टी ह्या शब्दस्पर्शादि विषयोत्पन्नच आहेत अर्थात् त्या सर्व या पंचमहाभूतांचाच आविष्कार आहेत.

कटुक–तिक्त—कषायाम्लमधुरलवणाश्च-इति षट् आस्वादाः ।

तिखट, कडू, तुरट, आंबट, मधुर व खारट अशा सहा चवी आहेत.

शुभमशुभं च- इति कर्मद्वयम् ।

शुभ व अशुभ किंवा चांगले व वाईट असे दोन प्रकारचे कर्म आहे.

प्राणापान- समानो- दान- व्याना, नाग- कूर्म- कृकर- देवदत्त-धनञ्जयाश्च- इति दश वाताः।

प्राण, अपान, समान, दान, व्यान, नाग, कूर्म, कृकर, देवदत्त व धनंजय हे दहा वायू (या शरीरात) आहेत.

इडा- पिङ्गला- सुषुम्ना- गान्धारी- हस्तिजिह्वा- यशस्विनी- पूषाऽलम्बुसा,- कुहू – शङ्खिनीप्रभृतयः द्वासप्ततिर्नाडीसहस्राणि।

इडा, पिंगला, सुषुम्ना, गांधारी, हस्तिजिव्हा, यशस्विनी, पूषा, अलम्बुसा, कुहू व शंखिनी, इत्यादि ७२ हजार नाड्या (या शरीरात) आहेत.

उत्पत्ति– स्थिति– प्रलयाश्च– इति मार्गत्रयम्।

उत्पत्ती, स्थिती आणि प्रलय हे तीन मार्ग किंवा अवस्था आहेत.

अस्थिसंचयं षष्टयधिकं शतत्रयम् अस्त्यस्य प्राणेन सम्बन्धः।

शरीरात ३६० आस्थिसंख्या असून त्यांचा प्राणवायुशी संबंध आहे.

काम– क्रोध– लोभ– मोह– मद-मानाहङ्काराश्च– इति सप्त बन्धनानि।

काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद, मान व अहंकार ही एकूण सात बन्धने आहेत.

विवेक–बोधसन्तोष–हर्ष– पुलक-क्षमोपशम– ध्यान–ज्ञानोत्सव-राग–वैराग्यानंद–कम्प– मूर्च्छा-विकार–मनोवासनादीनि प्रकृतिस्वरूपाणि।

विवेक, बोध, संतोष, हर्ष, रोमांच, क्षमा, शांती, ध्यान, ज्ञान, उत्सव, प्रेम, वैराग्य, आनंद, कम्प, मूर्च्छा, विकार, मन आणि वासना इत्यादि १८ गोष्टी प्रकृतीचे स्वरूपच आहेत.

रोम्णां कोटित्रयं सार्धं।

शरीरावरील केसांची संख्या ३॥ कोटी आहे.

वात—पित्त—श्लेष्माण—इति प्रकृतित्रयम्।

वात, पित्त व कफ अशी तीन प्रकारची प्रकृती असते.

वातः प्राणप्रकृतिः, पित्तं हुताशनोद्भूतं, श्लेष्मा निरोधात् भवति।

वात हा प्राणप्रकृती म्हणजे जीवनदानस्वभावी आहे. पित्त हे अग्नीपासून उत्पन्न होणारे असून ते तैजसगुणात्मक आहे. कफ हा निरोधामुळे होतो. (अर्थात् प्राण-पित्तांच्या क्रिया थांबल्यामुळे म्हणजे रुक्षत्व उपस्थित करणारा वायू व उष्ण उत्पन्न करणारे पित्त यांची गती मंदाविल्यामुळे कफ होतो.)

त्वक् असृक् मांसं मेदः अस्थि मज्जा शुक्रं प्राणो जीवः शक्तिः– इति दश धातवः ।

त्वचा, रक्त, मांस, मेद, अस्थी, मज्जा, शुक्र, प्राण, जीव व शक्ती हे शरीरातील दहा धातू आहेत.

घ्राणरन्ध्रद्वयं लोचनरन्ध्रद्वयं कर्णरन्ध्रद्वयं मुखरन्ध्रद्वयम् उत्सर्गरन्ध्रद्वयम –इति दश द्वाराणि ।

नाकाची दोन द्वारे, डोळयांची दोन द्वारे, कानांची दोन द्वारे, मुखाची दोन द्वारे, (अर्थात् मुख व कंठातील छिद्र मिळून दोन द्वारे) आणि गुदा व लिंग ही मलमूत्रोत्सर्ग करणारी दोन द्वारे मिळून शरीराला ही दहा द्वारे आहेत.

अथ दशमद्वारं द्विविधं शुक्रमार्गममृतं, कालमार्गश्च– इति ब्रह्मदण्डमूले रविशशिमध्ये भगाकारमस्ति, तस्मादागतब्रह्मदण्डाश्रितं पश्चिमलिङ्गमस्ति, पश्चिमशब्देन स्थानमस्ति, तस्य मध्ये लिङ्गाकारमस्ति ।

दशमद्वार हे दोन प्रकारचे आहे. पहिला शुक्रमार्ग हा अमृतमय आहे. दुसरा कालमार्ग म्हणजे पुरीषमार्ग किंवा मलत्यागमार्ग किंवा रजोमार्ग होय. ब्रह्मदण्डाच्या मूलस्थानी आणि रविशशीच्या मध्यभागी म्हणजे इडापिंगलांचा मूलाधारात जेथे प्रारंभ होतो त्याच्या मध्यस्थानी भगाकार अर्थात् योनीच्या आकाराचे स्थान आहे. तेथून खाली आलेले आणि ब्रह्मदण्डाच्या आश्रयाने असणारे पश्चिमलिंग आहे. पश्चिमशब्दाने स्थानाचा निर्देश केला आहे. त्या पश्चिमस्थानात लिंगाकृती असा अवयव आहे.

अत्र पुरुषाणां रेतोमार्गः स्त्रीणां रजोमार्गः, सहैव तेन ब्रह्मदण्ड-रेखाश्रितपुष्पसमये सर्वव्यापकनाडीसमूहागतं कामिनीरजः स्रवति। तत्रैव कामविषहरनिरञ्जनानां संयोगं बीजपातात् आनन्दागमः– प्रलयकाल विषकालयोः कर्ता निरञ्जनश्च इति।

येथेच पुरुषांचा रेत किंवा शुक्रमार्ग असून स्त्रियांचा रजो किंवा आर्तवमार्ग आहे. त्या मार्गातूनच ब्रह्मदण्डरेखेच्या आश्रयाने राहणाऱ्या पुष्पाच्या अर्थात् पुष्पोद्गमाच्या वेळी सर्व शरीरव्यापी नाडीसमुदायातून आलेले रज स्रवते. तेथेच कामरूपी विषाचे हरण करणाऱ्या निरंजनाचा संयोग होऊन बीज अर्थात् वीर्यपातामुळे आनन्दोत्पत्ती होते. प्रलयकाल व विषकाल यांचा कर्ता निरंजन म्हणजे परमात्मा आहे.

शक्तित्रयविनिर्भिन्ने चित्ते बीजनिरञ्जनात्।
वज्रपूजापदानन्दं यः करोति स मन्मथः ॥३२॥

शक्तित्रयामुळे म्हणजे ऊर्ध्व, मध्य व अध किंवा इच्छा, क्रिया व ज्ञान या तीन प्रकारच्या शक्तींमुळे भेदयुक्त अर्थात् विभिन्न झालेल्या चित्तात् बीजरूप निरंजनामुळे वज्रपूजापदाचा आनंद जो उत्पन्न करतो (देतो) तो मन्मथ म्हणजे काम होय.

चित्ते तृप्ते मनोमुक्तिरूर्ध्वमार्गाश्रितेऽनले।
उदानचलितं रेतो मृत्युरेखाविषं विदुः ॥३३॥

चित्त तृप्त झाले व अग्नी ऊर्ध्वमार्गाश्रयी बनला म्हणजे कुंडलिनी शक्ती सुषम्नागामी झाली की, साधकाला मनोमुक्ती प्राप्त होते अर्थात् शक्तीचे सहस्रारात शिवाशी मीलन झाले की, साधकाचे चित्त तृप्त होते व मन समरसीकरणामुळे शिल्लक न राहिल्याने मुक्त होते. रेत म्हणजे वीर्य हे उदानवायुमुळें चलित होऊन च्युत झाले की, ते मृत्यूचे कारण बनते व विषवत् मारक होते.

चित्तमध्ये भवेद्यस्तु बालाग्रशतधाश्रये।
नानाभावविनिर्मुक्तः स च प्रोक्तो निरञ्जनः ॥३४॥

केसाच्या शतांश सूक्ष्मभागी अशा चित्तामध्ये जो असतो व जो नाना प्रकारच्या भावांपासून निःशेषपणे मुक्त असतो अर्थात् कोणत्याही

शरीरावस्थेशीं संबंधित असत नाही त्याला निरंजन म्हणजे मालिन्यरहित अर्थात् शुद्ध परमात्मा असे म्हणतात.

निरञ्जनाश्रिता शक्तिः सूक्ष्मशक्त्या तयाश्रितम् ।
मनस्याश्रयतामेति ज्ञेयं शक्तित्रयं तु तत् ।।३५।।

निरंजनाच्या आश्रयाने मूळशक्ती, या मूळशक्तीच्या आश्रयाने सूक्ष्म किंवा चित् अगर चित्शक्ती आणि या सूक्ष्मशक्तीच्या आश्रयाने मनःशक्ती राहते. यासाठी मूळशक्ती, चित्शक्ती व मनःशक्ती अशा तीन शक्ती आहेत, हे लक्षात घ्यावे.

शक्तित्रयोद्भवं बीजं बीजात्कामो विषं ततः ।
कामः सृष्टितया प्रोक्तो विषं मृत्युपदं भवेत् ।।३६।।

बीज हे शक्तित्रयामुळे उत्पन्न होते. बीजापासून कामोत्पत्ती व कामापासून विषोत्पत्ती होते. काम हा सृष्टी म्हणजे पिंडब्रह्माण्डाची निर्मिती करतो व विष हा मृत्यू म्हणजें प्रलय करणारा आहे,

किं बहुना, काम-विषहर–निरञ्जनानां ब्रह्मदण्डमूलाङ्कुरे निवासः एभिर्यदमुखो (एभिर्यदा मुक्तिः स) मोक्षः भस्मीभूतस्य देहस्य पुनरागमनकार्यं नास्ति। अहो मूर्खता लोकस्य, केचिद्वदन्ति — शुभाशुभकर्मविच्छेदनं मोक्षः। केचिद्वदन्ति—वेदपाठाश्रितो मोक्षः। केचिद्वदन्ति — निरालम्बनलक्षणो मोक्षः। केचिद्वदन्ति—ध्यानकलाकरणसम्बद्धप्रयोगसंभवेन रूपबिन्दुनादचैतन्यपिण्डाकाशलक्षणोमोक्षः। केचिद्वदन्ति—पूजापूजकमद्यमांसादिसुरतप्रसंङ्गसानन्दलक्षणो मोक्षः। केचिद्वदन्ति — मूलकन्दोल्लासित—कुण्डलिनीसंचारलक्षणो मोक्षः। केचिद्वदन्ति—सुसमदृष्टिनिपातलक्षणो मोक्षः। इत्येवंविधभावनाश्रितलक्षणो मोक्षो न भवति। अथ मोक्षपदं कथ्यते — यत्र सहजसमाधिक्रमेण मनसा मनः समालोक्यते स एव मोक्षः।

फार काय सांगावे ? कामरूपी विषाचे हरण करणाऱ्या निरंजनाचे अर्थात् शिवस्वरूप कुण्डलिनी शक्तीचे वास्तव्य ब्रह्मदण्डाच्या

मुळाशी आहे. या कामादिपासून जेव्हा विमुखत्व किंवा सोडवणूक अगर मुक्तता होईल तेव्हा मोक्षप्राप्ती होते. (असे झाले म्हणजे) भस्मीभूत झालेल्या देहाला पुन्हा आगमन नाहीच. खरोखर लोकांच्या अज्ञानाबद्दल किंवा मूर्खपणाबद्दल कीव येते. (आता मोक्षाविषयी भिन्नभिन्न मते सांगतात.) काही विद्वान् लोक असे म्हणतात की, शुभ व अशुभ कर्मांचा नाश म्हणजे मोक्ष होय. दुसऱ्या काही लोकांचे म्हणणे असे आहे की, वेदाध्ययनाने मोक्षाचा लाभ होतो. काही लोकांचे असे मत की, आलंबनराहित्य म्हणजे आधाररहित अवस्था हेच मोक्षाचे स्वरूप किंवा लक्षण आहे. काही विद्वानांचा असा सिद्धान्त आहे की, ध्यान आणि कला या साधनांच्या प्रयोगाने रूप–बिंदू–नाद-चैतन्य-पिण्ड–आकाश या सर्वांच्या स्वरूपाचे ज्ञान होणे म्हणजे मोक्ष होय. काही महाभागांचे असे म्हणणे आहे की, पूजेमध्ये पूजकाला मद्य, मांस, मीन मुद्रा व मैथुन यांच्या सेवनापासून होणारा आनंद म्हणजे मोक्ष होय. काही तत्त्ववेत्त्यांचे असे मत आहे की, मूलाधारापासून उल्लसित अर्थात् जागृत झालेल्या कुंडलिनीचा (सुषुम्नामार्गाने सहस्रारचक्रापर्यन्त) संचार होणे म्हणजे मोक्ष होय. काही विद्वान लोक असे प्रतिपादन करतात की, सर्वत्र समदृष्टी ठेवणे म्हणजे मोक्ष होय. अशा रीतीने नानाविध विद्वान् लोकांनी विविधपद्धतीने मोक्षस्वरूप सांगितले असले तरी; वेगवेगळ्या भावनांचा आश्रय घेणाऱ्या लक्षणांनी किंवा विचारांनी अगर तत्त्वांनी निर्दिष्ट होणारा मोक्ष होऊ शकत नाही. याचा अर्थ असा की, मोक्ष हा भावनानुरूप नाही. (मग मोक्ष म्हणजे काय व त्याचे स्वरूप कसे असते ? असा प्रश्न विचाराल; तर त्याचे उत्तर पुढील प्रमाणे आहे.) आता मोक्षलक्षण सांगतो. सहजसमाधीच्या म्हणजे सहजयोगाच्या क्रमाने अर्थात् अभ्यासाने मनाने मनाचे स्वरूप सम्यक् रीतीने अवलोकन करणे म्हणजेच मोक्ष होय.

विवरण :— महायोगी गोरक्षनाथांनी येथ मोक्षाची जी व्याख्या केली आहे ती अत्यंत अपूर्व व एकमेवाद्वितीय अशी आहे. समाधी म्हणजे योग होय; कारण " योगः समाधिः " अशी भगवान् वेदव्यासांनी पातंजल योगसूत्राच्या आरंभीच व्याख्या करून समाधीलाच योग

असे म्हणतात हे स्पष्ट केले आहे. त्याचप्रमाणे "समाधिश्च परंयोगं बहुभाग्येन लभ्यतें । गुरोः कृपाप्रसादेन प्राप्यते गुरुभक्तितः ।। ७.१ ।।" असे "घेरण्ड संहितेत" कथन करून समाधी म्हणजे सर्वश्रेष्ठ योग असून भाग्य उदयाला आले व गुरुभक्ती केली म्हणजे तो गुरुकृपेनेच प्राप्त होतो, हे घेरण्ड महर्षींनीही स्पष्ट केले आहे. या सर्व विवेचना-वरून सहजसमाधी म्हणजे सहजयोग होय हे स्पष्ट होईल. या सहज-योगाच्या नियमित अभ्यासाने म्हणजे साधनाने "मनसा मनः समालोक्यते" ही मोक्षावस्था साधकाला प्राप्त होते. श्रीसमर्थ रामदासस्वामी महाराजांनीही ज्ञानाचे किंवा मोक्षाचे लक्षण सांगताना "दासबोधात" असे म्हटले आहे की "ज्ञान म्हणजे आत्मज्ञान । पाहावें आपणास आपण ।"

कामविषहरस्थानं मानसोद्भवः मनोमध्ये
कारणं कारणात् उत्पत्तिस्थितिप्रलयाः प्रवर्तन्ते ।
उक्तं च भगवता महेश्वरेण ।
"जीवन्मुक्तिपदे देवि चित्तं बीजनिरञ्जनम् ।
मृत्युमार्गस्थितो योगी ज्ञात्वा कर्म समभ्यसेत् ।।"
उम्मजन्त मरण हकारण मरणहजं मइ ।
अब सुजीवनमरण इसरण गतकन्दुनाविह्नत इतासु ।।
इति जीवन्मुक्तिपदम् । अनेन मार्गेण स्थिरत्वं भवति ।

कामरूपी विष हरण करण्याचे स्थान मन होय. मनामध्ये सृष्टि-कारण निरंजन आहे. या शक्तित्रयात्मक निरंजनापासून उत्पत्ती, स्थिति आणि प्रलय प्रवृत्त होतात. भगवान् महेश्वराने असे म्हटले आहे की,

"जीवनन्मुक्तीच्या प्राप्तीसाठी किंवा मोक्षप्रात्यर्थं मृत्यूच्या मार्गावर असणाऱ्या योग्याने निरंजन हे ज्याचे बीज आहे असे चित्त सर्वदृष्टचा जाणून कर्माभ्यास करावा."

हें जीवनमुक्तिपद होय. या मार्गाने (चित्त) स्थैर्य लाभते किंवा जीव शिवरूप होऊन स्थिर होतो.

विवरणः— चित्त म्हणजे चेतन शक्ती कुंडलिनी होय; कारण 'प्रत्यभिज्ञाहृदयात' महामाहेश्वराचार्य राजानक श्रीक्षेमराजांनी चित्ताची

व्याख्या करताना असे म्हटले आहे की, "चितिरेव चेतनपदादवरूढा चेत्यसंकोचिनी चित्तम् ॥ ५ ॥" म्हणजे कुंडलिनी चितिशक्ती जेव्हा चेतन-पदापासून खाली उतरून चैतन्याचा संकोच करते तेव्हा ती चित्त या नावाने ओळखली जाते. वास्तविक पाहता चित्त या नावाची दुसरी कोणतीही वस्तू नाही. भगवती कुंडलिनी शक्तीच जेव्हा विषयांच्या द्वारा संकुचित झालेली दिसते किंवा जेव्हा ती आपले मूळ चैतन्य अगर शिवस्वरूप लपवून संकोच ग्रहण करते तेव्हा तिला चित्त म्हटले जाते.

हे चित्त जाणून कर्माभ्यास करावयाचा म्हणजे आत्मशक्ती कुण्डलिनी सद्गुरुकृपेने जागृत झाल्यावर साधनाभ्यास करावयाचा. म. म. श्रीगोपीनाथ कविराज यांनी कर्म, कर्मयोग व कर्माभ्यास म्हणजे काय ? हे सांगताना "भारतीय संस्कृति और साधना" खंड दोन, या ग्रंथातील "श्रीगुरुचरणोंके प्रथम दर्शन" या लेखात असे म्हटले आहे की –

१–"साधन-जीवनात कर्मच प्रमुख आहे. पुस्तकी ज्ञान हे केवळ शुष्कज्ञान आहे. उन्मादिनी भक्तीही खरी भक्ती नाही. वास्तविक ज्ञान व वास्तविक भक्ती या दोन्ही अत्यंत महत्त्वपूर्ण गोष्टी आहेत. त्यांचा विकास कर्मामुळे आपला आपणच होत राहतो.

२–केवळ कृपेवर अवलंबून राहणे हे उत्तम विवेकाचे कार्य नाही. कृपा ही अत्यंत पवित्र वस्तू आहे. ती त्या महाशक्तीपासून निरन्तर टपकत राहते. कृपेशिवाय जीवाच्या ऊर्ध्वगतीचा दुसरा कोणताही उपाय नाही; परन्तु कर्मा-शिवाय ती धारण करणे शक्य होत नाही. याकरिता कर्मच प्रमुख आहे. कर्मामुळे असाध्य-साधन होते. कर्म म्हणजे क्रियाशक्ती (अर्थात् सद्गुरु-कृपेने जागृत झालेली कुण्डलिनी शक्ती) होय, हे नेहमी लक्षात ठेविले पाहिजे.

३–कर्म करीत जा. त्यानंतर जे व्हावयाचे असेल ते आपले आपणच होत राहील."

याच लेखकाने उपरोक्त ग्रंथातील प्रथम खण्डातील "सूर्यविज्ञान" या लेखात असे म्हटले आहे की, "ज्या ज्ञानाची प्राप्ती केवळ ग्रंथांच्या अध्ययनाने होते,

ते तर केवळ शुष्क-ज्ञान आहे. त्याला खरे ज्ञान म्हणता कामा नये. चित्तशुद्धी झाल्याशिवाय यथार्थ ज्ञानाचा उद्भव होत नाही आणि चित्तशुद्धी ही कर्म-सापेक्ष आहे. यासाठी यथाविधी सद्गुरूचा आदेश शिरावर धारण करून त्यांनी दाखविलेल्या मार्गाने निष्ठा, संयम आणि श्रद्धा यांच्या जोडीने आपले चरित्रबल पवित्र राखीत जो अग्रेसर होऊ शकतो, त्याला निश्चितच अस्सल ज्ञानाची प्राप्ती होते. या कर्मालाच योगिगण योग असे म्हणतात. याच्या उलट असलेल्या दुसऱ्या कर्मांना योग म्हटले जात नाही आणि ती कर्मे चित्तशुद्धीसाठी साहाय्यकारीही होत नाहीत. यासाठी नीती व चरित्रशुद्धीकडे लक्ष ठेवून सद्गुरूंनी सांगितलेल्या मार्गाने निरंतर योगाभ्यासरूप दीर्घकालव्यापी कर्म करू शकल्यानेच चित्तशुद्धी आणि आत्म-ज्ञानाचा विकास होतो. त्यावेळी हृदय-ग्रंथी मोकळी होते, सर्व संशय निवृत्त होतात आणि जन्मजन्मान्तरीच्या संचित कर्मराशीचा क्षय होतो. या अवस्थेत अविद्येची अंशतः निवृत्ती होत असल्याकारणाने त्यानुसारच आत्मशक्तीच्या स्फुरणास प्रारंभ होतो..... यासाठी साधनमात्राचा मूलमंत्र कर्मच आहे. कर्म किंवा पुरुषार्थाचा आश्रय घेतल्यावर दैवबल आपले आपणच येते."

अथाधारणकर्मोदितशङ्खिनीभेदव्यवस्थाव्याख्या –

गुदमेढ्रान्तरे त्रिकोणत्रिधावर्तभगमण्डलमुच्यते, तत्र आधारग्रन्थय एकद्वित्रयश्च इति, एकद्वित्रयाणां मध्ये ग्रन्थीनामुपान्तरे चतुष्पत्रं पद्मम् अधोमुखं तिष्ठति, तत्र कर्णिकामध्ये मृणालसूत्रपरिमाणा शङ्खावर्ता तत्र प्रवालाङ्कुरसन्निभा द्वित्रिनाडीभूता कुण्डलिनी शक्तिः चैतन्यबीजमुखं गत्वा सुप्ता ।

यानन्तर आधारणकर्माने उत्पन्न होणारी शंखिनी भेदाची व्यवस्था कशी आहे ते सांगतात :–

अपानस्थान व लिंग यांच्या मधोमध त्रिकोणाकृती व तीन वेढ्यांचे भगमण्डल आहे. तेथे एक, दोन व तीन अशा आधार देणाऱ्या तीन गाठी आहेत. या तीन गाठींच्या जवळच चार पाकळ्यांचे कमल आहे. त्याचे मुख

खाली आहे म्हणजे ते पालथे आहे. त्या कमलाच्या कर्णिकेत म्हणजे मध्यभागात कमलनालातील सूत्रांइतकी म्हणजे तंतूंच्या इतकी परिमाण असलेली शंखाकृती जागा आहे. तेथे पोवळ्यांच्या अंकुराप्रमाणे असलेली अशी रक्तवर्णीय आणि दोन-तीन नाड्यांनी युक्त असलेली कुण्डलिनी शक्ती चैतन्यबीजाच्या मुखाशी जाऊन झोपलेली आहे.

विवरणः—कुण्डलिनी शक्तीच्या निद्रेचे, तिच्या स्थानाचे व जागृत सामर्थ्याचे वर्णन करताना "घेरण्ड-संहिता" या ग्रंथात असे म्हटले आहे की—

मूलाधारे आत्मशक्तिः कुण्डली परदेवता ।
शयिता भुजगाकारा सार्धत्रयवलयान्विता ॥३.४९॥
यावत् सा निद्रिता देहे तावज्जीवो पशुर्यथा ।
ज्ञानं न जायते तावत् कोटियोगविधेरपि ॥५०॥
उद्घाटयेत् कपाटं च यथाकुंचिकयाहठात् ।
कुंडालिन्या प्रबोधेन ब्रह्मद्वारं प्रभेदयेत् ॥५१॥

सर्पाचा आकार घेऊन व साडेतीन वेढे घालून अत्यंत श्रेष्ठ अशी आत्म-शक्ती कुण्डलिनी देवता मूलाधारात झोपलेली आहे. जोपर्यन्त ही शक्ती शरीरात अशाप्रकारे निद्रिस्त राहते तोपर्यन्त जीव पशुप्रमाणे अज्ञानातच राहतो. ही शक्ती जोपर्यंत जागृत होत नाही तोपर्यंत कोटी कोटी प्रकारचे कितीही योग केले; तरी जीवाच्या ठिकाणी ज्ञान उत्पन्न होत नाही. ज्याप्रमाणे किल्लीने कुलूप उघडले म्हणजे कपाटाचे द्वार मोकळे होते त्याप्रमाणे कुंडलिनी शक्ती जागृत झाली की, ब्रह्मरंध्रात जाण्याचे द्वार मोकळे होते.

"योगशिखोपनिषदात" या संबंधीचे वर्णन पुढीलप्रमाणे आले आहे :—

गुदमेढ्रान्तरालस्थं मूलाधारं त्रिकोणकम् ।
शिवस्य जीवरूपस्य स्थानं तद्धि प्रचक्षते ॥ ५. ५ ॥
यत्र कुण्डलिनी नाम पराशक्तिः प्रतिष्ठिता ।
यस्मादुत्पद्यते वायुर्यस्माद्वह्निः प्रवर्तते ॥ ६ ॥

यस्मादुत्पद्यते बिन्दुर्यस्मान्नादः प्रवर्तते ।
यस्मादुत्पद्यते हंसो यस्मादुत्पद्यते मनः ॥ ७ ॥
तदेतत् कामरूपाख्यं पीठं कामफलप्रदम् ॥ ८ ॥

गुदा व लिंग यांच्यामध्ये त्रिकोणाच्या आकाराचे मूलाधार चक्र आहे. यालाच जीवरूपी शिवाचे स्थान म्हणतात. येथेच कुण्डलिनी नावाची पराशक्ती प्रतिष्ठित असते. ही शक्ती जागृत होऊन तिने सुषुम्नेत प्रवेश केला की, वायूचे म्हणजे प्राणाचे ऊर्ध्वमुखाने सुषुम्नेत चालन होते. या शक्तीच्या जागृतीमुळेच अग्नी उपस्थित होतो व बिंदू म्हणजे वीर्यही ऊर्ध्वमुखी होऊ लागते. त्यामुळेच अनाहत नाद उत्पन्न होऊन तो साधकाला ऐकू येऊ लागतो. या शक्तीच्या जागृतीमुळेच "अहं सः" म्हणजे मीच परमात्मा आहे अशी भावना उत्पन्न होते व मनही उत्पन्न होऊन तत्स्वरूप बनते. असे हे शक्तीचे कामरूप नावाचे स्थान असून ते साधकाची परमात्मप्राप्तीची म्हणजे शिवशक्ति-सामरस्याची इच्छा पूर्ण करते.

तत्र त्रिपथमध्ये तु सूक्ष्मीभूता व्यवस्थिता ।
ऊर्णातन्तुनिभाकारा गता सा नाभिमण्डलम् ॥ ३७ ॥
चतुरङ्गुलमानेनाप्यष्टधा कुटिलाकृतिः ।
स्फुरिता नाभिमध्ये तु शाखाशाखमनेकधा ॥ ३८ ॥
दशनाड्याश्रितं चक्रं नाभिमध्ये प्रकीर्तितम् ।
इडा च पिङ्गला चैव सुषुम्ना च तृतीयका ॥ ३९ ॥
ऊर्ध्वमार्गस्थिता ह्येता बृहच्छाखावलम्बिताः ।
जयन्त्यलम्बुसा चैका बृहच्छाखावलम्बिनी ॥ ४० ॥
प्रणीता सा ह्यनेकैस्तु ब्रह्मावर्तेन संस्थिता ॥ ४१ ॥

त्या त्रिकोणमार्गात कोळी नामक कीटकाच्या मुखातील तंतूप्रमाणे अत्यंत सूक्ष्म असलेली ती नाडी (कुण्डलिनी शक्ती) नाभीपर्यन्त गेलेली आहे. ती चार बोटांच्या प्रमाणाची असून आठ ठिकाणी वाकडी वळलेली आहे. ती नाभीत म्हणजे बेंबीमध्ये स्फुरण पावते. नाभीत पुष्कळ नाड्यांचे जाळे पसरलेले आहे. या

नाभिस्थानातच किंवा मणिपूरचक्रामध्येच प्रमुख अशा दहा नाड्या एकत्रित आल्या आहेत अर्थात् या दहा नाड्यांचे हे मणिपूरचक्र आश्रयस्थान आहे. यातील इडा, पिंगला व तिसरी सुषुम्ना या तीन मोठ्या व प्रमुख नाड्या असून त्या मस्तकाकडे जाणाऱ्या इतर शिराशाखांशी चिकटलेल्या किंवा संबंधित आहेत. या तिन्ही नाड्या ऊर्ध्व मार्गोन्मुख आहेत म्हणजे शक्तिस्वरूपात असलेल्या जीवरूपी साधकाला या नाड्यांच्या मार्गाने सहस्रारातील शिवस्वरूपाकडे घेऊन जाणाऱ्या आहेत. अर्थात् शक्ती ज्यावेळी सुषुम्नेत प्रवेश करते तेव्हाच साधक शिवस्वरूपाकडे हळूहळू वाटचाल करू लागतो. इतर दोन नाड्या या प्रक्रियेला साहाय्यभूत होतात. या दहा नाड्यांपैकी अलंबुसा नावाची एक नाडी असून ती ब्रह्मदण्डाला प्रदक्षिणा करून म्हणजे वेढा घालून बसली आहे, असे अनेक शरीरतज्ज्ञांनी वर्णन केले आहे.

ब्रह्मदण्डचक्रेणासौ कपालकर्परं यावत्, तस्मिन् कपालकर्परे चन्द्रमण्डलान्तर्गतं कपाललिङ्गं लम्पिकास्थानोर्ध्वेऽमृतधारामभिस्रवति, मस्तकमध्ये गर्भे तिष्ठति तदेवामृतं राजदन्तस्य शङ्खिनी ब्रह्मदण्डतले दमयित्वा स्रवति । एकं मुखरन्ध्रं राजदन्तान्तरे, एतदेव शङ्खिनीमुखं 'दशमद्वारम्' इत्युच्यते ।

मूलाधारापासून तो थेट ब्रह्मरन्ध्रापर्यन्त ही अलम्बुसा नाडी गेली आहे. त्या मस्तकातील कपालामध्ये अर्थात् ब्रह्मरन्ध्रामध्ये चन्द्रमण्डलान्तर्गत कपाललिंगाकार एक स्थान आहे. तेथून टाळूजवळील लम्पिकेच्या म्हणजे पडजीभेच्या स्थानावर चन्द्रामृताची धार पडते. मस्तकात असलेल्या त्या अमृताचा स्राव ब्रह्मदण्डाखालील राजदन्तामध्ये म्हणजे पुढील चार दातात होतो. एक मुखछिद्र राजदन्तामध्ये आहे. यालाच शंखिनीमुख म्हणजे दशमद्वार असे म्हणतात.

यत्र च मूलभगमण्डलान्ते कुण्डलिनी शक्तिर्विनिर्गता तत्र वामभागोद्भवसोमनाडिका, दक्षिणभागोद्भवसूर्यनाडिका, चन्द्रो

वामाङ्गव्यापकः, सूर्यो दक्षिणाङ्गव्यापकः, चन्द्रो वामाङ्गेवामनासापुटं, सूर्यो दक्षिणाङ्गे दक्षिणनासापुटम् – इत्येवं सूर्यचन्द्रौ व्यवस्थितौ।

ज्या मूलभगापासून म्हणजे गुह्य स्थानापासून कुण्डलिनी शक्ती निघाली आहे तेथील डाव्या भागातून किंवा भागापासून सोम म्हणजे चन्द्रनाडी निघते आणि उजव्या भागातून किंवा भागापासून सूर्यनाडी निघते. चन्द्र डाव्या बाजूला व्यापणारा व सूर्य उजव्या बाजूला व्यापणारा आहे. चन्द्र डाव्या बाजूला डाव्याच नाकपुडीत आहे व सूर्य उजव्या बाजूला उजव्याच नाकपुडीत आहे. म्हणजेच चंद्रसूर्य हे डाव्याउजव्या नाकपुडीत नाड्यांच्या रूपात आहेत. अशा रीतीने सूर्य आणि चंद्र या देहात स्थित आहेत.

यत्र मूलकन्दे पवनोदयः, मनस उदयः, तपनोदयः, जीवोदयः, शब्दोदयः, मातृकाक्षरोदयश्च-इति। मनोमध्ये निद्राविषयम् इच्छाकार्यो निरञ्जनः परमात्मा।

मूलकन्दात वायू, मन, सूर्य, जीव, शब्द आणि मातृकाक्षरे यांचा उगम किंवा उदय आहे. निद्रा हा ज्याचा विषय आहे व इच्छा हे ज्याचे कार्य आहे असा निरंजन म्हणजे मालिन्यरहित परमात्मा मनामध्ये आहे.

मूलकन्दोद्यतो वायुः सोमसूर्यपथोद्भवः।
शक्त्याधारस्थितो याति ब्रह्मदण्डकभेदकः॥ ४२॥
मूलकन्दे तु या शक्तिः कुण्डलाकाररूपिणी।
उद्गमावर्तवातोऽयं प्राण इत्युच्यते बुधैः॥ ४३॥
कन्ददण्डेन चोद्दण्डैर्भ्रामिता या भुजङ्गिनी।
मूर्च्छिता सा शिवं वेत्ति प्राणैरेवं व्यवस्थिता॥ ४४॥

मूलकन्दापासून म्हणजे मूलाधारापासून निघालेला वायू चन्द्रसूर्यनाडी-मार्गात येऊन सुषुम्नेत प्रवेश करतो आणि मूलाधारात राहूनही ब्रह्मदण्डाचा भेद करतो. मूलकन्दात जी कुण्डलाकार शक्ती आहे ती म्हणजे उद्गमस्थानातून वळणे घेत घेत वर येणारा प्राणवायूच होय, असे या शास्त्रातील तज्ज्ञ मंडळी

म्हणतात. कन्ददण्डाने जोरात चाळविलेली ही नागीण मूर्च्छित होऊन म्हणजे कुण्डलिनी शक्तीने सुषुम्नेत प्रवेश केला की, तिला निरालंब अवस्था प्राप्त होऊन ती लयावस्थेप्रत जात जात प्राणबलाने शिवाला जाणते.

विवरण :- वरील पहिल्या श्लोकात (क्र. ४२) प्राणवायू मूलाधारात राहूनही ब्रह्मदण्डाचा भेद करतो असे म्हटले आहे. षट्चक्र भेद होताना शक्ती मूलाधारात अंशात्मक परिमाणात राहून शरीर धारण करते व उरलेल्या अधिकांशात्मक सामर्थ्याने ती सुषुम्नेचा मार्ग आक्रमण करते. साधन करताना साधकशरीरात घडून येणारी ही एक विलक्षण प्रक्रिया आहे. या प्रक्रियेचाच उल्लेख श्रीमदाद्यशंकाराचार्य यांनी "सौंदर्यलहरी" या प्रकरण ग्रंथात पुढील प्रमाणे केला आहे.

सुधाधाराऽऽसारैश्चरणयुगलान्तर्विगलितैः ।
प्रपञ्चं सिञ्चन्ती पुनरपि रसाम्नाय महसा ॥
अवाप्य स्वां भूमिं भुजगनिभमध्युष्टवलयं ।
स्वमात्मानं कृत्वा स्वपिषि कुलकुण्डे कुहरिणी ॥ १० ॥

हे देवी कुण्डलिनी! तुझ्या दोन्ही चरणकमलातून स्रवणाऱ्या अमृत-धारांच्या वर्षावाने तू प्रपंचाला म्हणजे देहातील सर्व नाड्यांच्या समूहाला आणि नाड्यांच्या किंवा षट्चक्रांच्याद्वारा स्वतः सिंचित किंवा पुष्ट होत अर्थात् देहालाही पण शिंपडीत, तृप्त करीत व त्याचे पोषण करीत चंद्रमंडलातून आपल्या मूळ भूमीवर खाली उतरून अर्थात् आपल्या पहिल्या स्थानी मूलाधारात परत येऊन तेथे सर्प जसा वेटोळे घालून बसावा त्याप्रमाणे तू स्वतःचे साडेतीन वेढे किंवा वेटोळे घालून कुंडाप्रमाणे असलेल्या आधारचक्रातील कुहरात अर्थात् छिद्रामध्ये पूर्वीप्रमाणेच झोपतेस.

श्री. प. प. श्रीविष्णुतीर्थजी स्वामीमहाराज यांनी "सौंदर्यलहरी का हिन्दी अनुवाद" या ग्रंथात या श्लोकावर टीका करताना प्राणवायू ब्रह्मदण्डाचा भेद करताना मूलाधारातही कसा असतो हे सांगताना असे म्हटले आहे की,

"शक्तीच्या अवतरणाच्या बरोबर म्हणजे ती सहस्रारातून मूलाधारात परत येताना भिन्न भिन्न चक्रांच्या द्वारा अमृताच्या प्रवाहाने शरीरातील सर्व नाड्या आपादमस्तक न्हाऊन निघतात. ज्या मार्गाने शक्तीचे आरोहण होते त्याच मार्गाने तिचे अवतरण होऊन ती पुन्हा सर्पासारखे साडेतीन वेढे घालून आपल्या मूलस्थानी झोपून राहते. याचे दोन अर्थ होऊ शकतात. पहिला अर्थ असा की, सर्व शक्तीचे वर उत्थान होते आणि तिच्या उत्थानामुळे कुण्डलिनीच्या रूपात मूलाधारात शक्तीचा अभाव होतो किंवा तेथे ती राहात नाही. मात्र ती सहस्रारातून परत आल्यावर मूलाधारात पुन्हा निद्रा घेते. दुसरा अर्थ असा आहे की, मूलाधारात अनन्त शक्ती आहे. यामुळे तेथे असणारे शक्तीचे भांडार कधीही कमी होत नाही. शक्ती जागृत झाल्यावर ती वर सहस्रारात जाते व खाली मूलाधारातही परत येते आणि याचवेळी मूलाधारातही तिचे आस्तित्व असते. आमच्या दृष्टीने दुसरा अर्थ बरोबर आहे असे अनुभवाला येते; कारण की, जर मूलाधारात शक्तीच्या रूपाने आधार राहिला नाही; तर शरीर तत्काल प्रतिप्रसवक्रमाने लीन झाले पाहिजे. प्रपंचाचा अर्थ शरीर किंवा नाडीजाल असा केला जातो. दोन्ही दृष्टीने एकच परिणाम होतो हे लक्षात घेतले पाहिजे."

वरील दुसऱ्या श्लोकात (क्र. ४३) कुण्डलाकार कुण्डलिनी शक्ती म्हणजे प्राणवायू होय असा महत्त्वाचा सिद्धांत मांडून महायोगी गोरक्षनाथांनी कुण्डलिनी शक्तीचे निश्चित स्वरूप कोणते आहे हे स्पष्ट केले आहे. श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनी ज्ञानेश्वरीतील सहाव्या अध्यायात आपल्या काव्यमय भाषेत कुण्डलिनी शक्तीचे जे वर्णन केले आहे ते पाहिले म्हणजे वरील सिद्धांत त्यांनी किती उत्कृष्टपणे विशद केला आहे हे लक्षात येते. ते म्हणतात :—

तया हृदयाच्या परिवरीं । कुंडलिनिया परमेश्वरी ।
तेजाची शिदोरी । विनियोगिली ॥ ६·२८१ ॥
बुद्धीचेनि शाकें । हातबोनें निकें ।
द्वैत तेथ न देखे । तैसें केलें ॥ २८२ ॥

निजकांती हारविली । मग प्राणुचि केवळ जाहाली ।
ते वेळीं कैसी गमली । म्हणावी पां ? ॥ २८३ ॥
हो कां जे पवनाची पुतळी । पांघुरली होती सोनसळी ।
ते फेडूनियां वेगळी । ठेविली तिया ॥ २८४ ॥
नातरी वायूचेनि आंगें झगटली । दीपाची दिठी निवटली ।
कां लखलखोनि हारपली । वीजु गगनीं ॥ २८५ ॥
तैशी हृदयकमळवेऱ्हीं । दिसे जैशी सोनियाची सरी ।
नातरी प्रकाशजळाची झरी । वाहत आली ॥ २८६ ॥
मग ते हृदयभूमी पोकळे । जिराली कां एके वेळे ।
तैसें शक्तीचें रूप मावळे । शक्तीचिमाजीं ॥ २८७ ॥
तेव्हां तरी शक्तीचि म्हणिजे । एऱ्हवीं तो प्राणु केवळ जाणिजे ।
आतां नादबिंदु नेणिजे । कळा ज्योती ॥ २८८ ॥

* * *

पृथ्वीतें आप विरवी । आपातें तेज जिरवी ।
तेजातें पवनु हरवी । हृदयामाजीं ॥ २९९ ॥
पाठी आपण एकला उरे । परि शरीराचेनि अनुकारें ।
मग तोही निगे अंतरें । गगना मिळे ॥ ३०० ॥
ते वेळी कुंडलिनी हे भाष जाये । मग मारुती ऐसे नाम होये ।
परि शक्तिपण तें आहे । जंव न मिळे शिवीं ॥ ३०१ ॥

वरील तिसऱ्या श्लोकात (क्र. ४४) महायोगी श्रीगोरक्षनाथांनी असा सिद्धान्त प्रस्थापित केला आहे की, कुण्डलिनी शक्तीचे सुषुम्नेत चालन झाल्यावर ती मूर्च्छित होऊन तिला निरालंब अवस्था प्राप्त होते व शेवटी ती प्राणबलाने शिवाला जाणते. योगशिखोपनिषदातील सहाव्या अध्यायात "ब्रह्मरन्ध्रविलीन–करणस्य मुक्तिः" या उपशीर्षकाखाली हा सिद्धान्तच अधिक स्पष्टपणे पुढील प्रमाणे विशद केला आहे. ऋषी तेथे असे म्हणतात की–

सुषुम्नायां यदा हंसः अध ऊर्ध्वं प्रधावति ।

सुषुम्नायां यदा प्राणं भ्रामयेद्यो निरन्तरम् ॥६.३५॥
सुषुम्नायां यदा प्राणः स्थिरो भवति धीमताम् ।
सुषुम्नायां प्रवेशेन चन्द्रसूर्यौ लयं गतौ ॥३६॥
तदा समरसं भावं यो जानाति स योगवित् ।
सुषुम्नायां यदा यस्य म्रियते मनसो रयः ॥३७॥
सुषुम्नायां यदा योगी क्षणैकमपि तिष्ठति ।
सुषुम्नायां यदा योगी क्षणार्धमधितिष्ठति ॥३८॥
सुषुम्नायां यदा योगी सुलग्नो लवणाम्बुवत् ।
सुषुम्नायां यदा योगी लीयते क्षीरनीरवत् ॥३९॥
भिद्यते च तदा ग्रन्थिश्छिद्यन्ते सर्वसंशयाः ।
क्षीयन्ते परमाकाशे ते यान्ति परमां गतिम् ॥ ४० ॥

जेव्हा सुषुम्नेमध्ये वायुरूपी हंस म्हणजे प्राण अर्थात् कुण्डलिनी शक्ती खाली वर धावते, ज्यावेळी सुषुम्नेत प्राणवायूचे निरन्तर भम्रण किंवा संचालन होत राहते, ज्यावेळी बुद्धिमान योगसाधकाचा प्राण (वायू) सुषुम्नेमध्ये निवातस्थ दीपाप्रमाणे स्थिर होतो आणि ज्यावेळी सुषुम्नेमध्ये चंद्र-सूर्य लीन होतात तेव्हा समरसता किंवा सामरस्यभावाची प्राप्ती होते. या सर्व गोष्टी जो जाणतो म्हणजे ज्याला या गोष्टींचे अनुभूतीपूर्वक ज्ञान होते तो योगवेत्ता समजावा. ज्यावेळी सुषुम्नेत मनाचा वेग म्हणजे चंचलपणा लीन किंवा नाहीसा होतो, जेव्हा योगी सुषुम्नेत एक क्षणभर राहतो, ज्यावेळी योगी अर्धाक्षण का होईना सुषुम्नेत राहतो, ज्याप्रमाणे मीठ पाण्याशी एकरूप होते त्याप्रमाणे जेव्हा योगी सुषुम्नेशी एकरूप होतो आणि दुधात पाणी जसे एकरूप होते तसा ज्यावेळी योगी सुषुम्नेत लय पावतो त्यावेळी चिज्जडग्रंथी सुटते म्हणजे जडचेतनभेदप्रक्रिया सिद्ध होऊन जड व चेतन या दोन्ही गोष्टी एकमेकांपासून वेगळ्या होतात आणि सर्व संशय नष्ट किंवा छिन्नभिन्न झाल्याने योगी चिद्रूपाकाशात लीन होऊन परमश्रेष्ठ गतीला पावतो.

हा सर्व विषय म. म. श्रीगोपीनाथ कविराज यांनी "भारतीय संस्कृति और

साधना" खण्ड एक, या ग्रंथातील "अजपा रहस्य" या लेखात पुढीलप्रमाणे मांडला आहे. ते असे म्हणतात की, "योगी लोकांचे असे म्हणणे आहे की, जीव निरन्तर श्वास-प्रश्वासाच्या निमित्ताने या हंस-मंत्राचा किंवा अजपागायत्रीचा जप करतो. जर जीवमात्र हा जप करीत असतो; तर मनुष्यही तो जप करतो, हे सांगणे निरर्थक आहे. परन्तु अन्य जीवांपेक्षा मनुष्यामध्ये असा फरक आहे की, मनुष्य आपल्या पौरुषाच्या द्वारा, श्वास-प्रश्वासाची ही स्वाभाविक गती उलट होऊ शकेल, असे सामर्थ्य प्राप्त करू शकतो. अर्थात् मनुष्य साधनाच्या बलावर 'हंस' अशी जी मंत्राची गती आहे ती 'सोऽहम्' अशा गतीत बदलू शकतो. त्यावेळी आत्मज्ञानाचा मार्ग मोकळा होतो आणि इडा व पिंगला या नाड्यांमधून संचार करणाऱ्या वायूची वक्रगती सुषुम्नेमध्ये सरळ गतीच्या रूपात बदलून जाते. सुषुम्ना हा ब्रह्ममार्ग आहे. इडा व पिंगला या नाड्यांच्या मार्गाने वाहणारा वायू तेथून निघून जितक्या प्रमाणात सुषुम्नेमध्ये प्रविष्ट होतो तितक्या प्रमाणात विकल्पाचे शमन होते. निर्विकल्प आत्मज्ञानाचा बंद असलेला मार्ग हळूहळू उघडू लागतो. सुषुम्नेत प्रवेश केल्याशिवाय वायू आणि मनाची ऊर्ध्वगती होऊ शकत नाही आणि ऊर्ध्वगती प्राप्त झाल्याशिवाय विकारांचा त्याग करून चित्त साम्यभावाच्या अवस्थेप्रत पोहचू शकत नाही. योगी लोक ज्याला कुंभक (मूर्च्छा) म्हणतात तो या ऊर्ध्वगतीमुळे क्रमशः सिद्ध होतो. वास्तविकपणे कुंभकामध्ये कोणत्याही प्रकारची गती राहत नाही अशी काही गोष्ट नाही; परंतु त्यामुळे वक्रगतीच्या निवृत्तीबरोबरच अंतर्मुखी सरळ गतीची सूचना मिळते. या सरळ गतीच्या शेवटी गतिहीन अवस्थेचा आभास प्राप्त होतो. आपण लोक ज्याला सांसारिक भाषेत प्राण–अपानाचा व्यापार म्हणतो त्याला योग्यांच्या भाषेत हंसमंत्राचे उच्चारण समजले पाहिजे."

जन्मावस्थानादधो लिङ्गः स चाधारकन्दजातिमध्यस्थितो गुह्य ऊर्ध्वे भवति, तस्योर्ध्वे लिङ्गस्थानं स्वाधिष्ठानं नाभिमण्डले मणिपूरकस्योर्ध्वभागेऽनलकः तेनोद्दण्डकाद्यं समागच्छति, अधः-

प्रदेशे मणिपूरकस्य दक्षिणपश्चिमवार्त्ति अमेध्यस्थानम्, मध्ये नाभेः-कन्दः, तत्र पद्माकृतिः, तत्र शरीरनाडीनामाधारः कथ्यते ।

मूलस्थानाच्या अधोभागी लिंग आहे. ते आधारकन्दाच्या बरोबर मध्यभागी असलेल्या गुह्यस्थानाच्या थोडेसे वरील भागी असे आहे. त्याच्या वरील बाजूस लिंगस्थान आहे. त्याच्या वर नाभिमण्डलात स्वाधिष्ठान चक्र आहे. त्या वरील ऊर्ध्वभागात असलेल्या मणिपूर चक्राच्या वर अनलस्थान किंवा अग्निस्थान अगर पाचकपित्त आहे. उद्दण्डकापर्यन्त या स्थानाची पोहोच आहे. त्या मणिपूर-चक्राच्या थोड्या खालील भागात पचलेले अन्न राहण्याची जागा म्हणजे पक्वाशय आहे. (त्याला मलाशयही म्हणता येईल.) शरीराच्या मध्यभागी नाभी आहे. तेथे कमलाच्या आकाराचे स्थान आहे. तेथेच शरीरातील सर्व नाड्या एकवटल्या आहेत.

हृदये पृथिवीतत्त्वं पीतवर्णं, मध्ये कदम्बगोलकाकृति, तत्र चित्तविश्रान्तिस्थानं तदेव अनलचक्रम् ।

हृदयात पृथ्वीतत्त्व आहे. ते पिवळ्या वर्णाचे आहे. या हृदयामध्येच कदंबगोलकाच्या किंवा घोंसाच्या आकाराचे स्थान आहे. तेच चित्ताच्या विश्रांतीचे स्थान आहे किंवा तेथेच चित्त विश्रांती घेत असते. तेच अनलचक्र किंवा अग्निचक्र होय.

कण्ठे चोदकप्रवाहपूर्णमात्मतत्त्वं तत् विशुद्धिस्थानम् ।

कण्ठामध्ये जलप्रवाहाने पूर्ण असे आत्मतत्त्व आहे. हेच विशुद्धिस्थान किंव विशुद्धचक्र होय.

तालुमध्ये दीपशिखाकारः सदोद्योतः तत्तेजस्तत्त्वम् ।

टाळूच्या ठिकाणी किंवा तालुस्थानात दिव्याच्या ज्योतीच्या आकाराचे नेहमी प्रज्ज्वलित असलेले किंवा पेटलेले अगर प्रकाशमान असे तत्त्व आहे. ते तेजाचे किंवा तेजाशी संबंधित असलेले तत्त्व होय.

कपालकन्दराङ्कुरे वायुतत्त्वम्, नासाग्रे आकाशतत्त्वम्, तस्योर्ध्वे आज्ञास्थानम्, आज्ञास्थानान्तरे ग्रन्थिषोडशान्तरे अमृता षोडशी कला, तदन्तरे वालाग्रशतधाश्रया अन्ते तस्योर्ध्वे कलान्ते बिन्दुः, बिन्दुभेदादनन्तरं श्रृंगाटकाकृतिर्मस्तकस्योद्देशः, तस्मिन् चित्तलयस्थानम्, चित्तस्य शरीरबन्धनाद्द्वयोपेतस्त्रैलोक्यविहारः, तस्याश्रिता ज्ञानशक्तिः।

शिरःकपालांच्या जोडामध्ये वायुतत्त्व आहे. (वायुः प्राणोऽत्र मूर्धगः। म्हणजे प्राणवायू मस्तकात आहे, असे श्री. वाग्भटाने अष्टांग हृदयात म्हटले आहे.) नासिकाग्रात म्हणजे नाकपुड्यांमध्ये आकाशतत्त्व म्हणजे पोकळी आहे. (आकाशाद्वायुः (उत्पन्नः) या वचनाप्रमाणे पाहता तेथे (नाकात वायूही श्वासोच्छ्वासरूपाने चंचल असा आहे.) त्या नासिकेच्या ऊर्ध्वस्थानभागी म्हणजे भ्रूमध्यात आज्ञास्थान आहे. (नेत्रानेही आज्ञा केली जाते.) आज्ञास्थानातील सोळाव्या ग्रंथीच्या जवळ अमृतानामक सोळावी कला आहे. (ब्रह्मदण्डाला विष्णुरुद्रादि सिराग्रंथी आहेत.) तिच्यामध्ये केसाच्या शंभरांशसूक्ष्म अशा कलान्तभागी बिन्दू आहे. बिन्दूच्याही वर शिंगाडाकृती मस्तकप्रदेश आहे. ते चित्त लीन होण्याचे स्थान आहे. ते चित्त सूक्ष्म शरीराशी अद्वैत पावून म्हणजे एकरूप किंवा समरस होऊन त्रिभुवनात फिरते. त्या चित्ताच्या आश्रयाने ज्ञानशक्ती राहते.

एवं शक्तित्रयालंकृतश्चिद्दर्पणप्रतिबिम्बः समो विविधभावकलाकलितः संसारचेष्टावलोकनकुशलः सुप्तावस्थायां रूपी जलचन्द्रवत् दृश्यते यः स परमात्मा सर्वव्यापी महेश्वरः चतुर्दशविश्वभूतग्रामकर्ता च इति, सोऽयं परमात्मा॥

अशा रीतीने इच्छा, ज्ञान व क्रिया या शक्तित्रयांनी युक्त, चैतन्यरूप दर्पणात प्रतिबिम्बित झालेला, समवृत्तीचा, नाना प्रकारच्या भावांनी व कलांनी युक्त, जगच्चेष्टा अगर संसारगती पाहण्यात अत्यंत कुशल, गाढ झोपेतही ज्ञानयुक्त आणि पाण्यात प्रतिबिम्बित झालेल्या चन्द्राप्रमाणे रूप धारण करणारा असा जो

अनुभवाला येतो तोच परमात्मा व सर्वव्यापी महेश्वर होय. जो चौदा प्रकारच्या प्राणि किंवा भूत समूहाचा उत्पत्तिकर्त्ता आहे, तो हा परमात्मा होय.

इति श्रीगोरक्षनाथविरचितं परमरहस्योपदेशमहाज्ञानं अमरौघशासनं संपूर्णम् ॥

अशा रीतीने श्रीगोरक्षनाथ यांनी रचिलेला, परम रहस्याचा उपदेश असलेला व महाज्ञानाने युक्त असा अमरौघशासन ग्रंथ पूर्ण झाला.



सिद्धयोग प्रकाशन

– प्रकाशित ग्रंथ –

१)	महायोगी गोरक्षनाथ विरचित योगबीज	३–००
२)	स्पंदशास्त्र अर्थात् सिद्धयोग साधन पद्धती	३–००
३)	श्रीगोरक्षगीता	२–००
४)	ज्ञानसंकलिनीतंत्र	५–००
५)	शक्तिपातयोगाने दिव्यचक्षूंचे उन्मीलन	२–००
६)	सिद्धसिद्धान्तसंग्रह (मूळ संस्कृत व मराठी अर्थासह)	१०–००
७)	गोष्ठीरूप वेदान्त	२–००
८)	श्रीसत्यदत्तव्रतपूजाकथा	२–००
९)	शिवसंहिता (मूळ संस्कृत व मराठी अर्थासह)	२०–००
१०)	श्रीललितासहस्रनामस्तोत्र (मूळ संस्कृत व मराठी अर्थासह)	१०–००
११)	शक्तिपातयोगरहस्य अर्थात् सिद्धमहायोगशास्त्र	२०–००
१२)	स्वामी अवधूत श्रीनिरंजन रघुनाथ (चरित्र)	१०–००
१३)	श्रीश्रीसद्गुरुसंग (खंड पहिला)	२०–००
१४)	ज्ञानेश्वरी : सिद्धयोग दर्शन	१५०–००
१५)	विद्यारण्यस्वामीविरचित सद्गुरुप्रार्थना (मूळ संस्कृत व मराठी अर्थासह)	२–००

शक्तिपातयोगासंबंधी
एकमेव मराठी प्रकाशन

२६/२०२, लक्ष्मीनगर,
पुणे–४११ ००९.